

# LA BOLETIN *a*

## SOLO CON FEMINISMO LO CONSEGUIREMOS



APORTACIONES DEL  
FEMINISMO RADICAL A  
LA SITUACIÓN ACTUAL  
DE LAS MUJERES



**ASOCIACIÓN DE MUJERES PARA LA SALUD**

**Dirección: Soledad Muruaga y Pilar Pascual**

**Colaboradoras: Alicia Miyares, Angeles Alvarez,**

**Nuria Coronado Sopeña, Khadija Amin, Ana de**

**Miguel Altamira Gonzalo Valgañón,**

**Diseño y maquetación: Estudio de Artetipo**

**Fotografías: Depositphotos, Unsplash, Envato**

**Elements, Banco de imagen de AMS.**

**Edición AMS DICIEMBRE 2024**

**© Asociación de Mujeres para la Salud**

**Depósito Legal: DL: M-22701-2014**

**Consulta numeros anteriores de La Boletina en**

**<https://www.mujeresparalasalud.org/publicaciones/la-boletina/>**



**mujeresparalasalud**



**EscuelaESEN**



**@saludymujeres**



**@saludymujeres**



**mujeresparalasalud**

**<https://www.mujeresparalasalud.org/>**

**<https://www.escuelaesen.org/>**



AMERICA - AMPAI  
TEA - ANTONEL  
ARIADNA - ARIAI  
LIANA - AUROR/  
BERNARDA - BER  
NAVENTURA - CA  
SANDRA - CASIL  
ARIBEL - CLARI  
CIA - CONSTANZ  
DALILA - DAMAF  
DIANA - DIANOR  
ECO - EDA - EDD  
- ELISA - ELISAB  
ERIKA - ERMINI  
UNICE - EURÍDICI  
LICIA - FELICIDAI  
NATA - FRANCES  
ANA - GENEROS,  
CONDA - GISELI  
ELIDA - GUADALU  
HELIENA - HEI  
CIAR - IDA - IDAL  
A - IRMINA - ISAB  
QUELINA - JAZMÍ  
H - JUDIT - JULI,  
RA - KINISBURG,  
OCADIA - LEOCRIC  
- LIBERTAD - LIE  
LORENA - LOREN  
ITECIA - LUTGARI  
- MAICA - MAIR/  
ARITA - MARGAU;  
- MARTA - MARTII  
DES - MEREDITH  
- MIRRA - MIRT/  
NATALI - NATALI/  
LDA - NINA - NIN  
A - ODILIA - OFEL  
QUÍDEA - ORNEL  
- PAULINA - PA/  
ONA - PRÁXEDE/  
QUETA - QUIRIN/  
ROMILDA - ROMII  
KY - RUDY - RUFII  
ELENA - SELM/  
ANGES - SOLED,  
TELMA - TEODOI  
LENTINA - VALEF  
RGINIA - VIRIDIAI  
TA - ZOE - ZORAI  
AGUSTINA - AÍD/  
ONSINA - ALFREI  
ÁMBAR - AMELI/  
TAS - ANIA - ANT  
DIA - ARGENTIN/  
RELIA - AURELIAI  
NITA - BERENICI  
BUENAVENTUR/  
AROLA - CAROLII  
IA - CIRCE - CLAI  
- CONSOLACIÓ  
NA - DAFNE - DAI  
ESIRE - DEVORAI  
DULCE - DULCIN  
EONORA - ELEONI  
QUETA - EPIFANÍ/  
EUGENIA - EULAL  
A - FEDRA - FELIC  
NTINA - FLORID/  
- GEMA - GEMM/  
GINA - GINEBR/  
A - GRETA - GRET  
- HELENA - HELE  
RTENSIA - HOSAI  
IRACEMA - IRENI  
DE - JAEL - JAMI  
A - JOVITA - JUAI  
AY - KEILA - KEITI  
IF - LEILA - LELI/  
ÍA - LIANA - LIBEI  
ZA - LOLA - LOR/  
LUMINOSA - LUI  
MAGIA - MAGNOL  
CIANA - MAFFIS/  
ARISOL - MARIT/  
ELITINA - MELOD  
- MIRIAM - MIRINI  
LUCY - NATASHA

## LA BOLETINA. AÑO 2024. NUM: XXXVII

### SUMARIO.

#### APORTACIONES DEL FEMINISMO RADICAL A LA SITUACIÓN ACTUAL DE LAS MUJERES

- 4 EDITORIAL. El feminismo radical, un movimiento necesario para avanzar con más fuerza**  
**Soledad Muruaga**
- 6 Deseos no son derechos: “No Somos Vasijas”**  
**Alicia Miyares**
- 10 La violencia (¿posmoderna?) contra las lesbianas**  
**Ángeles Alvarez**
- 16 Violencia mediática, cuando los medios maltratan la verdad**  
**Nuria Coronado Sopeña**
- 20 Mujeres en una prisión llamada Afganistán: La lucha por la libertad y los derechos humanos**  
**Khadija Amin**
- 24 Una visión crítica de la revolución sexual: prostitución, pornografía y consentimiento**  
**Ana de Miguel**
- 27 Violencia institucional en sede judicial**  
**Altamira Gonzalo Valgañón**
- 30 ¿Por qué una formación 100% feminista?**  
**Pilar Pascual**
- 34 TESTIMONIOS**
- 41 PROGRAMAS PERMANENTES DE AMS**
- 42 Espacio de Salud Entre Nosotras**
- 44 Talleres de crecimiento personal**
- 46 Divulgación y sensibilización. Consultoría, asesoría y formación especializada**
- 47 Escuela del Espacio de Salud: Posgrado de Malestares**
- 49 ACTIVIDADES 2024**
- 50 ¡Nosotras a lo nuestro!**
- 59 NOSOTRAS SUGERIMOS**
- 60 Libros, películas, series.**
- 62 Proyecto Cuerpo y mente saludables.**



Soledad Muruaga

Presidenta de AMS

# El feminismo radical, un movimiento necesario para avanzar con más fuerza

Como sabéis, AMS organiza cada año una jornada donde tratamos los temas más actuales que nos afectan a las mujeres, a nuestra salud y bienestar. En esta ocasión hemos hablado sobre **LAS APORTACIONES DEL FEMINISMO RADICAL A LA SITUACIÓN ACTUAL DE LAS MUJERES.**

**E**n esta jornada visibilizamos algunas aportaciones del Feminismo Radical, tratando varios temas que imparten nuestras profesoras desde hace casi una década, en el posgrado de la Escuela ESEN.

Los planteamientos de los últimos años, en el ámbito académico, con los estudios sobre las mujeres y sobre diversidad, en el ámbito de la política y en los medios de comunicación, sobre qué es y qué no es feminismo y sobre qué son y qué no son las mujeres, suponen un ataque a nuestra libertad y dignidad y tratan de frenar el trabajo y los avances conseguidos para superar el sistema patriarcal y conseguir una sociedad más justa.

Las profesionales, feministas de AMS, que llevamos trabajando desde hace varias décadas para lograr un mundo mejor, rechazamos esos planteamientos engañosos. Por ello recibimos frecuentes violencias como reacción a una **postura firme en la defensa de las mujeres y la denuncia de las violencias de colectivos machistas, partidos políticos y medios de comunicación** que nos juzgan

negativamente, menosprecian e incluso boicotean a las académicas feministas, que han sido y son nuestras referentes históricas.

Echemos un vistazo a algunos indicadores que ponen de manifiesto la crítica situación que vivimos y que rechazamos:

- ◆ **El incremento de la violencia en las relaciones de pareja, especialmente entre la gente más joven;**
- ◆ **La negación de esa violencia por parte de los partidos de ultraderecha;**
- ◆ **El aumento de la violencia sexual masculina en todos los ámbitos;**
- ◆ **La regresión a modelos de masculinidades patriarcales;**
- ◆ **El aumento de hombres que consumen pornografía y prostitución de mujeres y niñas;**
- ◆ **La promoción de modelos maternales que magnifican la abnegación de las mujeres a costa de su autonomía y salud;**



- ◊ **El crecimiento de la trata de mujeres y niñas para prostituirlas;**
- ◊ **La participación de hombres trans en competiciones deportivas femeninas;**
- ◊ **La promoción de la ideología transfeminista que empuja a las niñas a creer que pueden cambiar su sexo para ser más felices y, viceversa, a los niños que pueden convertirse en niñas;**
- ◊ **La medicalización de por vida a la que se ven sometidos menores sanos y sin diagnóstico, que presentan Inicio Rápido de Transgenerismo;**
- ◊ **La presión que están sufriendo las mujeres lesbianas ante las imposiciones transgeneristas, que ellas rechazan.**

Además, queremos hacer hincapié en la fragilidad de las conquistas de las mujeres, conociendo de primera mano lo que les está sucediendo a las mujeres y niñas en Afganistán, país en el que no se respetan sus derechos desde que gobiernan los talibanes, y que se ha convertido en un Estado extremadamente misógino que cercena de manera extrema su vida y su libertad.

Para tratar de esclarecer estos temas, hemos analizado estas cuestiones en dos mesas redondas, con expertas profesoras de la Escuela ESEN,

“

Los planteamientos de los últimos años, [...] sobre qué es y qué no es feminismo y sobre qué son y qué no son las mujeres, suponen un ataque a nuestra libertad y dignidad y tratan de frenar el trabajo y los avances conseguidos para superar el sistema patriarcal y conseguir una sociedad más justa.

todas ellas sabias y prestigiosas feministas que, a pesar de las presiones y descalificaciones que sufren, se mantienen fieles a las premisas y verdades feministas que tantos esfuerzos nos cuestan y les costó a nuestras referentes antepasadas.

En AMS llevamos más de 30 años trabajando y escuchando los malestares de salud de las mujeres y podemos asegurar que las causas siguen siendo las mismas: la educación patriarcal, las desigualdades entre hombres y mujeres y las violencias estructurales que específicamente sufrimos las mujeres, por el hecho de nacer mujeres.■

**Soledad Muruaga, Presidenta de AMS**



Alicia Miyares

Filósofa

## Deseos no son derechos:

### “No Somos Vasijas”<sup>1</sup>

**E**n el contexto neoliberal asimétrico y de defensa a ultranza de la libertad elección, las mujeres pierden. En la defensa acérrima de la libre elección se tiende a considerar la categoría de igualdad como mero juego de intercambios entre personas. Al concebir la igualdad como sinónimo de intercambio será el mero intercambio el que legitime una práctica. La fascinación por la “libre elección” evita así el análisis de las causas y consecuencias posibles que se derivan de aceptar una práctica social.

Analicemos, pues, la práctica del alquiler de vientres tomando como referente lo antes descrito. Esta práctica se resume en un “contrato de subrogación” por el cual una mujer se compromete a gestar un embrión para luego entregar el recién nacido a terceras personas, renunciando así al derecho de filiación. Los argumentos favorables a regular dicha práctica derivan de tres premisas:

- 1) La práctica del alquiler de vientres es una manifestación del deseo expresado de “ser padres”.
- 2) La capacidad reproductiva de las mujeres debe ser entendida como trabajos de su propio cuerpo, esto es, “trabajo reproductivo”.
- 3) Si la capacidad reproductiva es trabajo reproductivo entonces la filiación no puede estar determinada por el parto y el acto de nacimiento, sino por la intención expresada de ser padres, filiación intencional o volitiva.

Por el contrario, un enfoque crítico y feminista de la realidad nos desvela que los valores de la libertad individual, asociada a mejoras económicas o materiales y satisfacción de deseos individuales, pueden no ser compatibles con los valores de la justicia sexual. Son las consecuencias de un acto voluntario, consentido y contractual lo que ha de ser objeto de análisis feminista: ¿pueden los deseos individuales equipararse a los derechos?, ¿podemos otorgar validez a un contrato cuya cláusula principal exige la renuncia a un derecho?, ¿podemos dar por válida la figura

<sup>1</sup> Este breve artículo se publicó en Alicia Puleo (ed.), *Ser Feministas. Pensamiento y acción*. Colección Feminismos. Cátedra. 2020.



“

...un enfoque crítico y feminista de la realidad nos desvela que los valores de la libertad individual, asociada a mejoras económicas o materiales y satisfacción de deseos individuales, pueden no ser compatibles con los valores de la justicia sexual.

jurídica del “consentimiento libre” si está viciada de antemano por la necesidad económica? Lo cierto es que los deseos no son derechos. Para el feminismo hay prácticas que son denunciables per se y por sus consecuencias que apenas son objeto de reflexión cuando se priman los deseos a los derechos. El alquiler de vientres es un buen ejemplo de una práctica denunciada en sí misma por la cosificación y mercantilización del cuerpo de las mujeres. Y también por las consecuencias, esto es, mediante un contrato no se puede exigir la renuncia irrevocable a un derecho, el derecho de filiación. Algunas de las razones esgrimidas desde el feminismo serán:

- a) La única finalidad del “contrato de gestación subrogada” es asegurar la renuncia del derecho de filiación que corresponde a la madre, garantizando así la filiación y custodia en exclusiva a los subrogantes o “padres intencionales”. La renuncia al derecho de filiación implica, a su vez, la pérdida de derechos del recién nacido en lo relativo al derecho a la identidad y vínculo familiar. Además, el “contrato de subrogación” vulnera la idea de dignidad humana, ya que la criatura recién nacida es objeto de una transacción contractual y comercial y quebranta el derecho a la integridad física y moral de las mujeres. Es un contrato abusivo.
- b) El feminismo es contrario a un embarazo y parto sometido a cláusulas contractuales y condiciones impuestas por terceras personas. La prohibición de abortar o la regulación favorable del alquiler de vientres condena a las mujeres a ser tuteladas por terceras personas. Si las mujeres hemos vencido el modelo de feminidad virginal expresada en el “hágase en mí según tu voluntad”, tam-

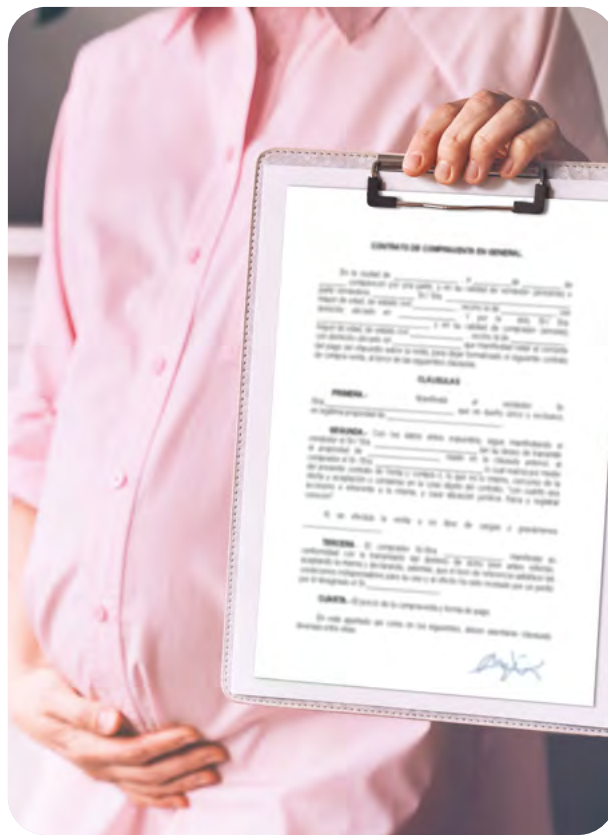
“

La libertad no puede ser esgrimida como “valor absoluto” si conculca el reconocimiento de derechos fundamentales de las mujeres. Los derechos no se pueden ceder, ni vender, son inalienables.

poco aceptamos el modelo de maternidad neoliberal que rezuma en el “hágase en mi según tu contrato”.

- c) La libertad no puede ser esgrimida como “valor absoluto” si conculca el reconocimiento de derechos fundamentales de las mujeres. Los derechos no se pueden ceder, ni vender, son inalienables. El límite a la “libertad individual” es que no se puede invocar para avalar una práctica contraria a los derechos reconocidos a todas las mujeres. El derecho a la libertad no legitima el uso o destino que las personas quieran hacer de su cuerpo ni legitima la apropiación del cuerpo de las mujeres. Nadie puede prestarse a ser medio para que terceras personas satisfagan sus meros deseos.

En la práctica del alquiler de vientres concurren los suficientes elementos para definirla como explotación: apropiación de las capacidades reproductivas de las mujeres a beneficio de terceras personas; la ganancia de los padres intencionales (un recién nacido) es pérdida de la madre; no hay principio de imparcialidad, alguien obtiene derechos que a otra le son revocados. Así pues, ni la compensación económica ni el supuesto altruismo evitan la explotación reproductiva: toda compensación económica es



compatible con la explotación, ya que ni la vida ni los derechos son cuantificables; a su vez, la opresión tiene su arma más efectiva en la doctrina del autosacrificio o altruismo y allana el camino para la explotación. ■

#### BIBLIOGRAFÍA

Atwood M. El cuento de la criada. Barcelona: Seix Barral; 1987.

Balaguer, María Luisa, Hij@s del mercado, Madrid, Cátedra Feminismos, 2017.

Ekman KE. Being and being bought: prostitution, surrogacy & the split self. 2013. Disponible en: <https://www.theguardian.com/commentis-free/2016/feb/25/surrogacysweden-ban>

Guerra-Palmero, María José, Contra la llamada gestación subrogada. Derechos Humanos y justicia global versus bioética neoliberal, en <http://dx.doi.org/10.1016/j.gaceta.2017.05.009>, 2017.



mujeres  
para la salud





Ángeles Álvarez

CONTRABORRADO

# La violencia (¿posmoderna?) contra las lesbianas

**L**a violencia contra las mujeres lesbianas ha estado tradicionalmente vinculada a agresiones sexuales correctivas, es decir ha sido utilizada con la finalidad de obligarlas a comportarse acorde a la visión normativa de la heterosexualidad.

La represión del lesbianismo ha sido menos visible que la represión de la homosexualidad masculina. El lesbianismo al ser la relación erótica sexual entre mujeres no es ajeno a la exclusión que el conjunto de estas ha tenido del espacio público. Lo que las colocó históricamente, para bien y para mal, en el ámbito restringido de lo doméstico, menos expuesto al escarnio público pero asfixiadas por una profunda clandestinidad.

Hemos sido las invisibles. Lo han sido nuestras historias, nuestros placeres más íntimos y nuestras desdichas más ocultas, nuestras inmensas satisfacciones y nuestras tragedias.

Para las generaciones vivas, la sexualidad de las mujeres ha fluctuado del vacío informativo que acompaña todo tabú, a la implosión que, en los

años 70 del siglo pasado, supuso que el feminismo denunciara la falta de control de las mujeres sobre su propio cuerpo y nos ayudase a descubrir nuestros cuerpos y por tanto facetas clave de nuestras vidas.

La aparición de literatura feminista que animaba a las mujeres a explorar su cuerpo y reclamar su placer, siempre incluyó la sexualidad entre mujeres como una opción placentera legítima. Es preciso recordar que el libro de referencia *Our Bodies, ourselves* contó con la organización *Gay Women's Liberation*, para la elaboración del apartado sobre lesbianismo.

La violencia contra las lesbianas, al igual que la violencia contra los hombres gais, estuvo institucionalizada desde los ámbitos médicos que, categorizaron a ambas como enfermedad mental con consecuencias estigmatizantes que daban lugar a la pérdida de empleo, la pérdida de la custodia de hijos y consecuencias personales en todos los ámbitos de la interacción social.

Hoy, está expresamente prohibida la discriminación basada en la orientación sexual y tras la



“

No existen apenas herramientas estadísticas solventes sobre orientación sexual y las encuestas en esta materia, encargadas por ONGs o medios de comunicación, adolecen de graves errores conceptuales, primero en la planificación y diseño de sus indicadores y segundo en la elaboración de las preguntas.

aprobación del matrimonio entre personas del mismo sexo, la igualdad de derechos civiles para gays y lesbianas está garantizada en nuestro país.

Esto no significa que no se siga sufriendo una cultura hostil o que las mujeres lesbianas no se sientan violentadas por nuevas imposiciones sexuales.

### Estadística LGTBI+ y criterios científicos

No existen apenas herramientas estadísticas solventes sobre orientación sexual y las encuestas en esta materia, encargadas por ONGs o medios de comunicación, adolecen de graves errores conceptuales, primero en la planificación y diseño de sus indicadores y segundo en la elaboración de las preguntas. En el primer caso porque se agrupan como un solo indicador realidades incomparables, quedando cuestionada la calidad de los datos. En el segundo porque las preguntas y opciones de respuesta mezclan lo objetivo con lo subjetivo o excluyen de una categoría a quien pueden pertenecer a ella.

Un ejemplo concreto está en la encuesta “*La situación del colectivo LGTBIQ+ en España julio de 2024*” encargada por Cadena SER y El País cuando busca identificar el número de personas sobre población general que “se sienten parte” de cada una de las siglas **L-G-T-B-I-Q-+**

Aunque la encuesta hace una anotación aclarando que “algunas de las identidades del colectivo



LGTBIQ+ no son excluyentes entre sí (una misma persona puede identificarse con más de una), sin embargo, las opciones de respuesta se construyen sobre la orientación sexual ya que solo se puede optar por indicar que eres miembro como consecuencia de que eres heterosexual, las opciones concretas son:

1. No, soy heterosexual y me identifico con el género que me asignaron al nacer
2. No lo sé
3. Sí

Cabe recordar que no toda persona heterosexual se identifica con los roles de género. Los cambios sociales promovidos por el feminismo han ampliado la base social de personas que no aceptan asumir esas imposiciones de rol y aspecto. En sentido contrario hay que señalar que no todas las lesbianas, gais, bisexuales, etc., son disidentes de las imposiciones del género, lo que nos lleva a concluir que las opciones de construcción e interpretación del indicador se construyen en base a reforzar la idea preconcebida de que lo heterosexual siempre es “seguidor” del modelo sexista, mientras que todo “lo no heterosexual” sería disconforme con el sexismo. Ambas cosas son rotundamente falsas.

Cuando se crea una “categoría paraguas” para abarcar perfiles singulares no equiparables la calidad estadística desaparece y la utilidad del dato queda anulada. Por supuesto, también queda afectada la comprensión e incluso la veracidad de los resultados. En estos momentos, las estadísticas que se soportan sobre lo LGTB+ como categoría paraguas no se acomodan a los criterios científicos de diseño, construcción e interpretación de Indicadores lo que implica que la información no es de calidad y quedará alterada (por revuelta) la valoración y medición de la realidad.

“

Cabe recordar que no toda persona heterosexual se identifica con los roles de género. Los cambios sociales promovidos por el feminismo han ampliado la base social de personas que no aceptan asumir esas imposiciones de rol y aspecto. En sentido contrario hay que señalar que no todas las lesbianas, gais, bisexuales, etc., son disidentes de las imposiciones del género, lo que nos lleva a concluir que las opciones de construcción e interpretación del indicador se construyen en base a reforzar la idea preconcebida de que lo heterosexual siempre es “seguidor” del modelo sexista, mientras que todo “lo no heterosexual” sería disconforme con el sexismo. Ambas cosas son rotundamente falsas.

El dato más relevante de las respuestas a esa pregunta es que hay el triple de hombres que se identifica como gais que mujeres que se identifican como lesbianas (2,9% y 1% respectivamente sobre población general). Este sorprendente dato obliga a un análisis pormenorizado sobre cuantas lesbianas prefieren identificarse como bisexuales o resguardarse bajo la etiqueta queer que gozan de menos estigma. ¿A cuántas jóvenes lesbianas con comportamientos “no normativos” se las está proporcionando explicaciones falaces que las introduce en soluciones farmacológicas imprudentes? El **desproporcionado número** de mujeres adolescentes que buscan hormonación para hacer las conocidas como transiciones de género, es un fenómeno escasamente analizado que reclamaría el apoyo de las autoridades de la sanidad pública y de las políticas de Igualdad a estudios y análisis que profundicen en esta casuística.



### **Están ahí, aunque tú no las veas**

**La invisibilización puede entenderse como una forma de violencia en tanto que es una forma de negación** y que las lesbianas fueron víctimas de esa negación además de sufrir las mismas estructuras represoras que los varones. Se aplicaron sin distinción de sexo, aunque en su caso y dado que el espacio público les era vetado, por ser mujeres, la represión y medios de control institucional recayó más en la Iglesia, la psiquiatría y la medicina.

El siglo XIX fue prolijo en el análisis psiquiátrico de la homosexualidad y el lesbianismo que fueron leídos como una perversión y anomalía sexual del instinto, lo que vino a significar que se pasó de afrontarlo desde la perspectiva de la moralidad a ser observado e intervenido como enfermedad.

Las consecuencias segregadoras de esta visión han llegado hasta nuestros días en muchas partes del mundo y entrado el siglo XXI cada vez más países los que reconociendo la igualdad de derechos civiles para las relaciones sexoafectivas entre personas del mismo sexo, van desterrando la estigmatización de las mismas.

Pero aparecen nuevas amenazas. La normalización implica que el lesbianismo y la homosexua-

lidad se consideren una opción tan normal como la heterosexualidad, ni mejor ni peor. Y en ese camino avanzan las sociedades democráticas ya que eso, y no otra cosa, implica la igualdad de derechos civiles.

Si en muchos países durante décadas gays y lesbianas se enfrentaron a la amenaza de las terapias correctivas, hoy los organismos públicos de salud e instituciones internacionales y nacionales les ayudan a impulsar acciones para combatir prejuicios y apoyar la normalización.

Hoy están siendo las corrientes identitaristas las que en base a un diagnóstico sexista del máximo nivel están atacando estas orientaciones sexuales sirviéndose de reconfiguraciones lingüísticas e interpretativas sobre que es ser gay o lesbiana.

La orientación y preferencia a mantener relaciones sexuales con personas del mismo sexo queda en cuestión cuando se acepta que sexo y género sean idénticos, y por tanto discursivamente intercambiables. La relación sexual lesbiana es una relación física entre cuerpos dotados de una misma constitución biológica. Es decir, son mujeres, o hembras si queremos recurrir a la categoría descriptiva del diccionario.



En el mismo orden de cosas, una mujer que mantenga una relación sexual con una persona con genitalidad masculina estará manteniendo una relación heterosexual.

Reconocer esta evidencia no contradice ninguna evidencia, ni vulnera ningún derecho. Pretender que una relación heterosexual puede ser calificada como una relación lesbiana en base a como se sienta identitariamente la persona de genitalidad masculina, cuestiona la orientación sexual lésbica y abre la puerta a definiciones coercitivas.

El ejemplo más patente de estas coerciones es el "cotton ceiling" o **techo de algodón** concepto del actor de pornografía y activista transgénero Drew DeVaux que pretende estigmatizar la negativa de que mujeres lesbianas que se niegan a tener relaciones sexuales con hombres autoidentificados como transfemeninos. DeVaux juega con la idea de incapacidad de las mujeres lesbianas de aceptar que orientación e identidad sexual no son conceptos equiparables.

Otra cuestión indiscutible que puede ser considerada violencia simbólica la refiere J. Peters<sup>1</sup> cuando incluye entre las razones de las jóvenes a manifestar su lesbianismo el hecho de que **"a menudo, parece que "lesbiana" es más una categoría porno para los hombres que otra cosa en estos días"**. La pornografía incorpora a las lesbianas en un doble sentido: como elemento de excitación masculina y como glorificación de una masculinidad capaz de "corregir" y enseñar el verdadero placer sexual, entendido este desde la pretenciosidad falocrática.

Lo más preocupante y reciente incorporación a este catálogo es, sin duda, el que está afectando a **las adolescentes lesbianas** (y chicos gais) a



quienes se trata de "reorientar" a través de conceptualizaciones sexistas sobre como su comportamiento sexual y su rechazo a las imposiciones de género cursan con transgenerismo cuyo ideario ha permeado los movimientos, organizaciones y observatorios que incluyen la palabra lesbiana en sus acrónimos.

A modo de ejemplo, el denominado Observatorio Andalucía LGBT<sup>2</sup> que nace como actividad de la asociación Andalucía Diversidad describe la Lesbofobia como:

*"toda aquella discriminación psicológica, física o verbal, rechazo u odio de las personas que se identifican bajo la etiqueta de lesbiana"*.

Y describe a las lesbianas como *"una mujer que siente **atracción sexual, emocional, física y sentimental** hacia otra mujer"* pero dejando claro que en el concepto mujer están todos aquellos que se identifica como tal y que *"el concepto de lesbiana también ha crecido"* para *"incluir a las personas no binarias"*.

No cuestiona la definición de partida, pero al modificar el significado del sujeto activo de la ac-

<sup>1</sup> Somos lesbianas en el espectro autista. Dejen de decirnos que nos convirtamos en hombres <https://quillette.com/2022/01/23/i-wanted-transition-to-solve-my-problems/>

<sup>2</sup> <https://observatorioandaluzlgbt.org/lesbofobia-que-es/>

ción (las mujeres), ser lesbiana deja de ser una orientación sexual para pasar a ser una orientación identitaria. El hecho lesbiano pierde la base sexual material que lo sustenta (ser mujer), abriendo la definición de lo lesbiano a cualquier relación heterosexual. Esta definición que se pretende progresista solo cabe etiquetarla como un ejercicio donde un discurso “dominador” ejerce violencia indirecta contra las lesbianas, su historia y su orientación sexual.

Considerar al constructo cultural de género como el elemento que define el sexo de las personas (y en esa medida su orientación sexual) supone hoy, el mayor ataque a la orientación lesbiana y gai. Las personas gais y lesbianas están, por lo general, disconformes con las imposiciones de género, rompen estereotipos de comportamiento y aspecto y rechazan la “norma” de cómo debe comportarse alguien en función de su sexo de pertenencia. Hoy instituciones como la Organización Mundial de la Salud, o miles de centros educativos, aplican criterios en base a las rigideces del constructo cultural de género, para dirigir a hormonaciones estas disidencias. En ese sentido, podemos decir que gais y lesbianas jóvenes están hoy expuestos a nuevas formas de reorientación de sus preferencias sexuales.

Pero las chicas más porque la pubertad de las mujeres supone cambios corporales que van desde el crecimiento de las mamas y ensanchamiento de caderas, al inicio de la menstruación y la fertilidad con lo que esto comporta socialmente para ellas. Entre las chicas, no pocas veces, estos cambios generan **incomodidad con el propio cuerpo**. Si a eso se suma, que **en esas edades**

“

El ejemplo más patente de estas coerciones es el “cotton ceiling” o techo de algodón concepto del actor de pornografía y activista transgénero Drew DeVaux que pretende estigmatizar la negativa de que mujeres lesbianas que se niegan a tener relaciones sexuales con hombres autoidentificados como transfemeninos. DeVaux juega con la idea de incapacidad de las mujeres lesbianas de aceptar que orientación e identidad sexual no son conceptos equiparables.

**comienzas a manifestar preferencias sexuales por las mujeres** y se interpreta todo ello como rechazos indelebles, se está exponiendo a muchas jóvenes a relatos y soluciones dañinos y no pocas veces de consecuencias irreversibles.

Esta es hoy la auténtica y más peligrosa violencia contra las jóvenes lesbianas a las que solo cabe animar a explorar y disfrutar su vida y su sexualidad en libertad.

Las instituciones deben saber que los malestares de género no se combaten con hormonas, se combaten luchando contra los estereotipos y las normas sociales de género. El género es el problema y reforzarlo no es la solución. El género no se protege, se combate.■

**Las mujeres de la generación Z son más receptivas a las reivindicaciones vinculadas con la orientación sexual con una diferencia de 27,8 puntos porcentuales respecto a los varones a la hora de considerar positiva la celebración del día del orgullo gay.**

**Esto no es ajeno a la necesidad que tiene el movimiento LGTB de vinculación discursiva con el feminismo, aunque ese vínculo se haya roto desde principios del siglo XXI.**



Nuria Coronado Sopena

Periodista

## Violencia mediática, cuando los medios maltratan la verdad

**S**i hay un aliado fundamental en esparcir el contagio social y la manipulación generista es desgraciadamente quien tendría que airearlo. Sin embargo, como los medios de comunicación son empresas y se deben a los intereses que las sustentan y financian, se convierten en el instrumento perfecto para manipular a la opinión pública.

Tanto si estos son grandes como pequeños como si son públicos o privados, utilizan la misma estrategia de los maltratadores: silencian o insultan a las voces de las feministas que desde hace cerca de una década son las únicas que están dejándose la piel para que la sociedad española conozca los daños irreversibles que provoca el transgenerismo.

Medios que no cuentan cómo esas mujeres -por alzar la voz y denunciar todo- se juegan sus puestos de trabajo e incluso los pierden (Juana Gallego, Silvia Carrasco, Amparo Mañés, Laura Redondo, Paula Fraga...). Mujeres que son denunciadas como la psicóloga Carola López Moyá a la que falsamente se le acusaba de realizar terapias de

conversión y a la que se le pedía 150.000 euros de multa y que dejase de ejercer, o a las que se sentó en el banquillo por transfobas como la abogada Lidia Falcón y la escritora Lucía Etxebarría. Mujeres agredidas físicamente en las manifestaciones como Laura Strego o censuradas en las presentaciones de sus libros como las docentes de Dofemco. Mujeres también vetadas en jornadas y conferencias en las universidades como la antropóloga Marcela Lagarde. Mujeres a las que se les acusa de tener los mismos postulados que la ultraderecha.

Un no contar la verdad que tiene que ver con el nivel de desinformación interesado y que es tal que, incluso el Foro Económico Mundial (WEF, por sus siglas en inglés), advirtió en su última reunión en Davos (Suiza), a través del informe «Global Risks Report 2024», que en los próximos dos años será el gran problema global y el quinto en un horizonte de diez años.

Tristemente y como decía la poeta Adrienne Rich: «En un mundo donde el lenguaje y el nombrar las cosas son poder, el silencio es opresión y violencia». Ese juego sucio tiene mucho que ver con

los magnates que financian las redacciones. Según un estudio presentado en 2023 por el Media Research Center's Business and Media Institute y por el que se investigó durante más de un año a George Soros, sus negocios, su participación política y sus amplias conexiones con los medios de comunicación, se concluye que «de los más de 8.500 millones de dólares que donó a obras benéficas más de 500 millones de dólares los había invertido sólo en los Estados Unidos para financiar bajo los auspicios de su Open Society Foundations políticas de su cuerda. Al menos 253 medios de comunicación y 54 periodistas están relacionados con él por el dinero que dona a distintas entidades vinculadas a ellos.

### **Cuando el dinero manda, la verdad no cuenta**

Joseph Vázquez y Dan Schneider, autores de dicho informe, afirman que el magnate ha obtenido resultados con los más de 32.000 millones de dólares invertidos en sus organizaciones para promover su agenda sobre la economía, los intereses LGTB o la prostitución. «Su financiación le ha permitido establecer conexiones con algunas de las figuras más influyentes en los medios de comunicación tanto dentro como fuera de Estados Unidos, lo que le ayuda a difundir su agenda.

“

Tanto si estos son grandes como pequeños como si son públicos o privados, utilizan la misma estrategia de los maltratadores: silencian o insultan a las voces de las feministas que desde hace cerca de una década son las únicas que están dejándose la piel para que la sociedad española conozca los daños irreversibles que provoca el transgenerismo.

Tanto Soros padre como George, su hijo menor —quien ahora lleva las riendas del negocio—, han amasado una riqueza monumental de más 23.000 millones de euros. Un dinero que, entre otras cosas, le sirvió para hacer que la agenda trans entrara por la puerta grande de la Casa Blanca. ¿Cómo? Financiando la campaña de Barack Obama (quien casualmente nada más llegar al poder nombró dos cargos de mucho peso: Amanda Simpson, un hombre autoidentificado mujer como la primera persona trans con el cargo de consejera técnica del Departamento de Industria y Seguridad del Ministerio de Comercio)





y a Nancy Pelosi (defensora de las infancias trans). También donó 500.000 dólares al Center for Responsive Politics, que es la fuente de gran parte de la información sobre donaciones políticas.

De hecho, tal y como recientemente me contaba Jennifer Bilek, periodista de investigación y una de las personas que más saben en el mundo de la industria trans, si bien el tándem Biden/Kamala está metiendo el acelerador trans, el verdadero trabajo de fontanería lo hizo el encantador matrimonio Obama, o como a ella les gusta llamarles los “demonócratas” fueron comprados y pagados por filántropos multimillonarios, el Big Pharma y Silicon Valley.

Y pone las cartas sobre la mesa. “La multimillonaria familia Pritzker, una de las más ricas de Estados Unidos, puso a Obama en la Casa Blanca para que se convirtiera en el primer presidente “tran\$”. Penny Pritzker se convirtió en su secretaria de Comercio, después de sacarle de la oscuridad e introducirlo en la clase multimillonaria de filántropos de la izquierda. Su hermano Jay Robert, conocido como “JB” Pritzker es Gobernador de Illinois. Trabajó para que se cambiaran los planes de estudios escolares de menores para que aprendieran sobre las niñas y niños que sufren agresiones médicas en sus sistemas reproductivos sanos para que parezcan del sexo opuesto”.

A esto hay que sumar que Jennifer Pritzker, un hombre de 60 años, dos veces casado, que ha tenido hijos, es primo de JB y Penny. “Se auto-identifica como mujer. También se pone vestidos. La Fundación Tawani, su institución filantrópica, financia diversas instituciones culturales y médicas, así como oenegés transgeneristas que impulsan la ideología de género en Estados Unidos, Canadá e Israel. Toda la familia ha invertido millones en muchas instituciones educativas, médicas y culturales con el mismo fin. Tanto Biden como Harris no han tenido realmente opción de

“

Según María Tomás: «Sin duda son muy responsables del blanqueamiento e incluso la romantización de la transición social y médica de niñas y niños. Al presentar las historias de menores trans como parte de un discurso de tolerancia, respeto y derecho a la diversidad, se convierten en instrumento del movimiento queer en su objetivo de diseminar su ideología acientífica y pseu-dorreligiosa a las instituciones médicas y políticas y al conjunto de la sociedad»

continuar con las políticas puestas en marcha por Obama. Este proyecto pertenece a Silicon Valley y al Big Pharma. Está dirigido por el gran dinero”, subraya Bilek.

### Mengelismo mediático

Como explica Elena Armesto, experta en marketing, los medios son cómplices cual menegales de la industria transgenerista. «Son al fin y al cabo el cuarto poder y esto la industria de género lo sabe y lo utiliza de forma muy eficaz. De hecho, la familia Soros — al frente de la OSF invierte cantidades millonarias en la causa trans— tiene, además de intereses en compañías farmacéuticas y biotecnológicas, diferentes plataformas de medios y de contenidos bajo su control», comenta.

Este meollo tiene múltiples ejemplos en medios patrios que van de progresistas y feministas cuando son puro patriarcado. Uno es por ejemplo ELDiario.es, dirigido por Ignacio Escolar, el cual obtuvo según los documentos de contabilidad interna de Open Society Foundations una cifra de 242.482 euros, una cantidad que el director catalogó en su día de «ridícula» y que Juan Luis Sánchez, su subdirector, decía que era menor. «Se trata de unos 50.000 euros durante dos años, lo que supone apenas un 1,5 por ciento de nuestros



ingresos anuales en 2016. Aportación que hemos usado para dar algo de soporte a Fíltrala. org, el buzón que ha hecho posible la investigación colectiva sobre los Papeles de la Castellana o para pagar los viajes para entrevistar a Edward Snowden y a Julian Assange.»

Lo que no está en pequeño es la mención que aparece en la propia biografía de LinkedIn del subdirector y cofundador de dicho medio, Juan Luis Sánchez, como colaborador de la Open Society Foundations en Europa y según la cual «aporta de manera independiente su opinión sobre el debate democrático, los derechos humanos, la protección de los migrantes o la libertad de expresión».

Otro ejemplo es el de *Contexto (CTXT)*, que además es defensor de la explotación sexual de las mujeres. Pues bien, de 2017 a 2019 recibió de Soros -según la web de la Open Society- un total de 94.000 euros. Curiosamente este medio firmó una alianza con *Público* para «contribuir a mejorar el estado del periodismo y la libertad de prensa, que pasa actualmente por un momento delicado».

No hay que olvidar que Pablo Iglesias, una vez que salió del gobierno de España y de colaborar con Ara (donde también firma Soros), tuvo «La Base», el cual pertenece al diario *Público*. El lema que usaron para promocionar el espacio fue el de «Tú eres nuestro Soros, nuestro Maduro o nuestro Bill Gates».

*Publico* dirigido por Virginia P. Alonso se define como «un medio libre, valiente..., empeñado en garantizar una información independiente y rigurosa que acabe por cambiar realidades injus-

tas..., con un firme compromiso con el pluralismo y la diversidad en todas sus facetas: identitaria, lingüística, sexual, de raza o funcional y cultural». También dice que quiere «lograr el equilibrio de género y la inclusión de toda la diversidad de mujeres: migrantes, racializadas, trans, etc., en las informaciones», curioso que para ello prescindiera un viernes de Juana Gallego para contar un lunes con la firma de Elizabeth Duval.

### **Cómplices del maltrato a la infancia y la juventud**

Así las cosas, este panorama de medios vendidos al transgenerismo es tildado por dos madres con hijas con disforia de género de inicio rápido como una noticia pésima. Según María Tomás: «Sin duda son muy responsables del blanqueamiento e incluso la romantización de la transición social y médica de niñas y niños. Al presentar las historias de menores trans como parte de un discurso de tolerancia, respeto y derecho a la diversidad, se convierten en instrumento del movimiento *queer* en su objetivo de diseminar su ideología acientífica y pseu-dorreligiosa a las instituciones médicas y políticas y al conjunto de la sociedad».

Por su parte, Silvia Isidro recalca que «lamentablemente, vivimos en unos tiempos donde la verdad no es lo que importa, ni siquiera la objetividad. Los medios de derechas sólo nos defienden para usarnos como arma arrojada contra sus adversarios políticos. Hay muy pocas periodistas que se atreven a abrir un debate serio sobre los efectos perniciosos de la ideología de autoidentificación de sexo. Hay mucho miedo. También en otros sectores. Y ese miedo es la prueba de que ese *lobby* es quien maneja la opinión pública». ■



Khadija Amin

Periodista

Mujeres en una prisión

llamada Afganistán:

La lucha por la libertad y

los derechos humanos

**H**oy estoy aquí como periodista afgana, como mujer afgana y como refugiada que se vio obligada a dejar su país, aunque mi corazón sigue latiendo en Afganistán. Quiero compartir mi historia y la de las mujeres afganas con ustedes, mujeres que han luchado durante años y que hoy más que nunca necesitan nuestro apoyo.

En 2021, los talibanes retomaron el poder en Afganistán y, con promesas de respeto a los derechos de las mujeres y nuestras libertades, generaron esperanzas que nunca se cumplieron. En lugar de eso, rápidamente impusieron severas restricciones a las mujeres y destruyeron los sueños de muchas niñas en Afganistán. Yo trabajaba como periodista en la Televisión Nacional de Afganistán y también como reportera. Antes de la caída del régimen, las condiciones para los periodistas empeoraban cada día. Los talibanes no mostraban piedad, y fui testigo de sus ataques atroces en numerosas ocasiones.

Recuerdo cuando los talibanes atacaron un hos-

pital de maternidad, donde mujeres que acababan de dar a luz fueron asesinadas, y los recién nacidos fueron cruelmente asesinados. En otra ocasión, 11 periodistas murieron en un solo día. Estaban cubriendo un atentado suicida cuando otra bomba explotó en el lugar, matándolos. Estos son solo algunos ejemplos de la violencia y la crueldad que los talibanes han infligido repetidamente a nuestra gente. Cada día que salía de casa, no sabía si volvería viva.

El día de la caída de Kabul, comencé mi jornada como un día cualquiera. Nunca imaginé que, unas horas después, perdería mi trabajo y mi vida para siempre. Convertirme en periodista no fue fácil para mí; tuve que luchar no solo contra la sociedad, sino también contra mi propia familia por mis derechos. Como mujer divorciada en una sociedad que aún desconocía muchos conceptos, tuve que cerrar los ojos ante muchas cosas.

Afganistán ha sufrido durante mucho tiempo desigualdades e injusticias. Sin embargo, en los

últimos 20 años, las mujeres afganas lucharon, sacrificaron y trabajaron para obtener sus derechos fundamentales. Tuvimos leyes contra la violencia hacia las mujeres y participamos en la vida política, empresarial y social. Las mujeres afganas servían como ministras, abogadas y activistas políticas, trabajando por el progreso de su país.

Lamentablemente, con el regreso de los talibanes, todos estos logros quedaron en peligro. En los últimos tres años, se han impuesto restricciones severas sobre las mujeres afganas. Ya no tienen derecho a estudiar, a trabajar ni siquiera a estar en espacios públicos. Las niñas mayores de sexto grado ya no pueden ir a la escuela, y sus sueños han sido destruidos en un instante.

Como periodista, durante estos tres años he estado enfocada en temas relacionados con mujeres y niñas. Mi corazón se rompe al ver cómo nuestras niñas jóvenes sufren desesperanza y graves problemas psicológicos. Estos días son

“

Afganistán ha sufrido durante mucho tiempo desigualdades e injusticias. Sin embargo, en los últimos 20 años, las mujeres afganas lucharon, sacrificaron y trabajaron para obtener sus derechos fundamentales. Tuvimos leyes contra la violencia hacia las mujeres y participamos en la vida política, empresarial y social. Las mujeres afganas servían como ministras, abogadas y activistas políticas, trabajando por el progreso de su país.

los últimos del año escolar en Afganistán. Las niñas de 10 y 12 años, en lugar de estar ilusionadas con el futuro, desean reprobado sus exámenes para poder seguir asistiendo a la escuela el próximo año. Esta es la cruda realidad que enfrentan las niñas afganas, y necesitan desesperadamente nuestro apoyo para continuar su educación.



Jan-Chipchase-mujeres-afganas



Por eso, mi equipo y yo hemos creado una organización para ofrecer oportunidades educativas y laborales a estas niñas. Esta organización, **\*Esperanza para el Mañana\***, es una oportunidad para que tomemos la mano de las niñas afganas y no las dejemos solas. Agradecemos al pueblo español por su apoyo a las mujeres y niñas afganas, pero ahora más que nunca necesitamos su ayuda. Durante estos tres años, muchas veces me preguntaron cómo podían ayudar a las niñas afganas. Ahora, a través de esta organización, podemos encontrar una forma de apoyarlas.

Yo también fui una de esas niñas que, durante el régimen anterior de los talibanes, asistía en secreto a clases en casa. Tenía tres años cuando los talibanes llegaron al poder por primera vez. Cuando crecí, soñaba con ir a la escuela como mi hermano, pero a mi hermana y a mí se nos negó ese derecho. Junto con otras niñas, asistíamos a clases en casa, esperando que algún día se abrieran las puertas de las escuelas para que pudiéramos continuar nuestra educación.

Es por eso por lo que quiero que cada niña y mujer afgana tenga derecho a la educación y al trabajo. Nuestro objetivo siempre ha sido apoyar y colaborar con todas las mujeres, pero en la situación actual, las mujeres afganas son las que más nos necesitan.

Nunca quise ser refugiada. Amaba mucho a mi país, pero me vi obligada a dejarlo todo tras recibir una llamada telefónica de un periodista español, y hui con solo una bandera de mi tierra. Nos obligaron a dejar nuestro país; fue un viaje que cambió mi vida para siempre. Salí de casa sin nada, dejando atrás a mis seres queridos. Ni

“

Las mujeres y niñas, al igual que todos los seres humanos, tienen el derecho de saborear la libertad. Tienen derecho a estudiar libremente, a seguir sus sueños y a tener un papel en la sociedad en la que viven. Pero, lamentablemente, en muchos rincones del mundo, especialmente en Afganistán, estos derechos se violan de manera devastadora. Las niñas, ansiosas por aprender y educarse, son marginadas por razones que van desde restricciones culturales hasta leyes injustas.

siquiera tuve tiempo de abrazar a mis hijos para despedirme. Tuve que irme, a un país que solo conocía por su equipo de fútbol, el Real Madrid. Un idioma diferente, una cultura diferente, la soledad, lejos de mis seres queridos; pero el pueblo español siempre me apoyó.

En el exilio también viví días difíciles. Cuando llegué a Madrid, tuve que dormir en un parque, y como refugiada, pasé por momentos muy duros. Pero con el tiempo, pude reconstruir mi vida. Aunque no es fácil, cuando pienso en las niñas y mujeres afganas y las circunstancias en las que se encuentran, sé que debemos ser fuertes y luchar por la libertad.

Hoy estoy aquí, no solo para contar mi historia, sino para ser la voz de todas esas mujeres cuyas voces han sido silenciadas. Mujeres que luchan cada día por sus derechos, que luchan por la libertad y la igualdad, que sueñan con vivir



zach-wear-unsplash

algún día en un país libre, con dignidad y derechos iguales.

Debemos recordar que cada ser humano, independientemente de su sexo o situación de vida, tiene derecho a disfrutar de la libertad. Este derecho no es solo un deseo, sino una necesidad para el progreso de nuestra sociedad.

Las mujeres y niñas, al igual que todos los seres humanos, tienen el derecho de saborear la libertad. Tienen derecho a estudiar libremente, a seguir sus sueños y a tener un papel en la sociedad en la que viven. Pero, lamentablemente, en muchos rincones del mundo, especialmente en Afganistán, estos derechos se violan de manera devastadora. Las niñas, ansiosas por aprender y educarse, son marginadas por razones que van desde restricciones culturales hasta leyes injustas.

Nosotras, como defensoras de los derechos humanos y la justicia social, debemos ser la voz de estas mujeres y niñas. Es nuestra responsabilidad seguir luchando por sus derechos y encontrar maneras de apoyarlas.

Permítanme que todas y todos estemos unidos en este camino, con empatía y solidaridad. Trabajemos juntos para que este derecho se haga realidad para cada mujer y niña en cada rincón del mundo.

Agradezco al querido pueblo español y a todas las personas presentes aquí por no dejarnos solas. Su apoyo es una esperanza y una fuerza para todas nosotras, para esas mujeres que viven en las sombras y sueñan con la luz y la libertad.

Unámonos, de la mano, para construir un futuro más brillante para todas las mujeres afganas. ■



Ana de Miguel

Filósofa

# Una visión crítica de la revolución sexual: prostitución, pornografía y consentimiento

**C**ada día más voces están apuntando a la necesidad de abordar una revisión crítica de la llamada revolución sexual de los años sesenta. En este artículo vamos a proponer algunos de los contenidos que podría abordar este ajuste de cuentas teórico con lo que hemos llamado la deriva patriarcal de la revolución sexual.

Previamente queremos subrayar que una parte importante de los cambios en las normas y valores sexuales de las últimas décadas han tenido un carácter liberador, ya que consiguieron dejar atrás un pasado en que la vida de las mujeres estaba especialmente determinada por su sexualidad: o bien ligada a su capacidad reproductora o bien al placer que pudieran proporcionar a los varones.

La revolución sexual fue especialmente potente en su crítica a la eterna doble moral sexual que siempre sufrieron las mujeres: si para los varones una vida sexual plural e intensa era signo de distinción, para las mujeres podía significar el fin de su pertenencia a la comunidad. Asimismo

propició la desvinculación de sexualidad y reproducción, y, algo muy importante, aunque tal vez no haya tenido tanto éxito, se analizó y denunció la falta de placer sexual y orgasmos de las mujeres, vinculada a la identificación "hacerlo"=penetración. Tal vez por primera vez en la historia se hizo visible el lesbianismo, la atracción sexual entre mujeres.

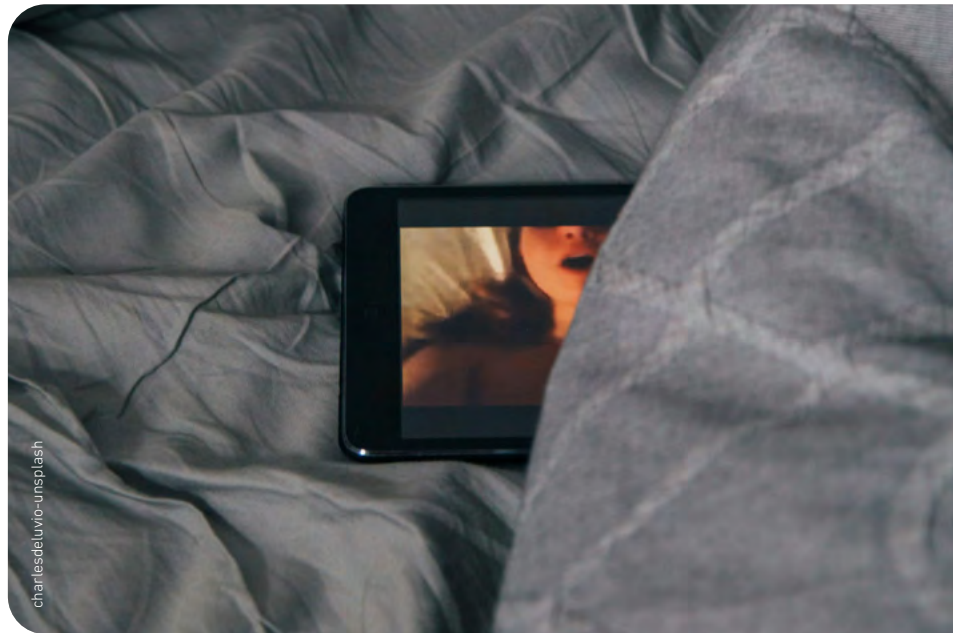
Una vez establecidos y bienvenidos los cambios positivos ya podemos señalar que uno de los nervios teóricos del feminismo radical de esos mismos años se centró en analizar cómo capitalismo y patriarcado estaban logrando convertir unos cambios potencialmente emancipadores en lo contrario: los cuerpos desnudos de las mujeres se convirtieron en un jugoso negocio, su cosificación y exhibición se comenzó a teorizar en los medios de comunicación como el producto más refinado y transgresor de la legítima igualdad y libertad por la que estaban luchando las mujeres.

En aquel contexto, parte de la grandeza de autoras como Millett y Firestone reside en haber identificado el nuevo papel que estaba comenzando a jugar "la sexualidad" y "la liberación de la mu-

jer” en la actualización de la célebre máxima de que “hace falta que todo cambie para que todo siga igual”. Las dos reflexionaron con agudeza sobre los límites del amor libre y la sexualidad ocasional en un mundo en que las estructuras de poder simbólico y cultural seguían casi exclusivamente en manos de señores. Sin otros cambios estructurales era posible que la revolución sexual produjera nuevas formas de opresión. Por un lado, apuntaron a la cosificación y mercantilización del cuerpo de las mujeres en el mundo de la creación y del consumo. Por otro señalaron a los hombres en abstracto, y no solo a “la burguesía” o “el capitalismo” como parte responsable y beneficiada de esta vuelta de tuerca patriarcal. En esta línea hay que interpretar alguna de las acciones más emblemáticas de aquellas mujeres vestidas de “brujas”, como la quema de pornografía, y la llamada al boicoteo de Miss América.

### **La derrota del feminismo radical: “tu cuerpo es tu mejor recurso, no me seas puritana, bobota”**

Otro hito importante en esta deriva patriarcal tuvo lugar en los ochenta y es conocido con el nombre de las *Guerras del Sexo* (*Sex Wars*). De esta guerra habría que conocer y estudiar cómo fue derrotado el feminismo radical y su posición crítica con la prostitución y la pornografía. Investigar el papel de la universidad y el conocimiento académico -especialmente en USA, centro del capitalismo y el imperialismo cultural- en la adopción y difusión de las posiciones “prosexo” y la condena al ostracismo a cualquier visión crítica de la sexualidad. La redefinición de “perspectiva crítica feminista” como “abrazar la sexualidad en su totalidad y diversidad”. Pensar la sexualidad patriarcal como fuente de dominación y violencia significaba incurrir en el puritanismo y el pánico moral. Las mujeres harían bien en aprender algo de las prostitutas y, por favor, ver todas un poco más de pornografía para ponerse, especialmente las lesbianas, a las que se llegó a acusar de no follar lo suficiente (como bien hacían los varones). Aunque esto parezca una tomadura de pelo



“

...uno de los nervios teóricos del feminismo radical de esos mismos años se centró en analizar cómo capitalismo y patriarcado estaban logrando convertir unos cambios potencialmente emancipadores en lo contrario...

la verdad es que se teorizó y teoriza con seriedad y se hace pasar por antisistema y transgresor.

En la actualidad, y de la mano de las profundas transformaciones culturales y económicas que propicia internet, el espíritu del neoliberalismo -todo se debe poder comprar y vender- se avanza destruyendo los límites al precio y venta del cuerpo de las mujeres. El consentimiento, ligado estrechamente a la sexualidad, se ha convertido en una máquina de legitimar lo ilegítimo. Pegar, golpear, arrastrar, insultar y mear es hasta delito, hasta que, milagros de la alquimia del consentimiento, llega el sexo y entonces “toda vale”. Si ella ha consentido, ¿qué podemos objetar? La erotización de la violencia y la humillación a través de la pornografía y el consentimiento están educando en la confusión a toda una generación. La industria pornográfica y el sistema prostitucional han dado pasos de gigante desde la impunidad y falta de control absolutos de las plataformas capitalistas en la red.

La otra cara de la moneda es una máquina de generar creencias, vía el mundo de la creación,



volcada en convencer a las más jóvenes de que su cuerpo es su mejor recurso. *Onlyfans* es una plataforma de pago que une pornografía y prostitución en una línea in crescendo. Recluta a sus jóvenes en las redes sociales. Las chicas que cuelgan sus fotos en bikini en Instagram reciben joviales mensajes que les indican que colgando esa misma foto en *Onlyfans* ya estarían ingresando dinero. Saben captar bien el tipo de chicas, son jóvenes y buscan ser miradas, al final todo es tan sencillo. Pero ellas solo pueden sacar dinero de su cuerpo si el amo paga por verlo y tocarlo.

Es ahí, en la pornografía, en la prostitución, en *Onlyfans* donde hoy los chicos aprenden e interiorizan lo que hemos llamado la doble verdad: que las chicas son, por un lado, sus iguales, compañeras de colegio y de pupitre, pero son también meros cuerpos, carnes de las que ellos pueden disponer, por un módico precio. Y ya se sabe el refrán "donde pago me cago" y ya tenemos como "sexualidad disidente" que te hagan pis y caca encima: el milagro conjunto del dinero y los directores de cine transgresores.

Por otros lugares se están dando más pasos adelante: la venta de las propias funciones biológicas de las mujeres. La venta de óvulos, la venta de la capacidad de gestar y traer seres humanos

al mundo. Como señalara en su día Alicia Miyares, la conversión de los deseos individuales en derechos humanos ha sido la gran estafa por la una parte de lo que se considera "pensamiento progresista" y "transgresor" abraza con determinación la defensa del troceado y mercadeo del cuerpo y lo convierte en "fuerza productiva". Sin vergüenza epistemológica alguna se cita al marxismo para sostener que las "trabajadoras sexuales" son las propietarias de sus propias fuerzas productivas. Una pregunta, estimados mercaderes de mujeres ¿Y el señor que paga, qué es?

El neoliberalismo ha acabado encontrando en "la sexualidad", una efectiva y moderna forma de envolver y legitimar la conversión de las mujeres en cuerpos.

---

#### BIBLIOGRAFÍA

Alario, M. Política sexual de la pornografía, Cátedra, 2022

Amorós, C. "Conceptualizar es politizar" en *Almirez*, nº 15, 2008

de Miguel Álvarez "La revolución sexual: una crítica de su deriva patriarcal" en *Investigaciones Feministas*, nº 6, 2015 (monográfico coordinado por Luisa Posada)

de Miguel Álvarez, A. Neoliberalismo sexual. El mito de la libre elección, Cátedra, 2015

Jeffreys, S. La herejía lesbiana, Cátedra, 1993

Millett, K. Política Sexual, Cátedra, 2017

Miyares, A. Distopias patriarcales, Cátedra, 2021

Puleo, A. "Ese oscuro objeto del deseo. Cuerpo y violencia", en *Investigaciones Feministas*, nº 6, 2015

Valcarcel, A. La civilización feminista, La esfera de los libros 2023





**Altamira Gonzalo Valgañón**

Jurista

## Violencia institucional en sede judicial

**El feminismo ha puesto nombre a las situaciones de desprotección y de denegación de la tutela judicial que sufren muchas mujeres cuando acuden a los juzgados para denunciar a sus parejas por violencia machista o para pedir el divorcio o la custodia de sus hijas e hijos.**

La *violencia institucional* es una manifestación más de la violencia machista que ejerce el patriarcado sobre las mujeres, llevada a cabo por personal, funcionarios y autoridades del Estado, que dificultan o impiden el acceso de las mujeres a la justicia en condiciones de igualdad.

Este tipo de violencia machista, que puede ser física, sexual, psicológica o económica, que es ejercida o tolerada por el Estado y que se ejerce sobre las mujeres, es violencia institucional.

No busquen su definición en ningún texto legal estatal, porque no la van a encontrar. Únicamente la ha definido y legislado el Parlamento de la Comunidad de Cataluña, que la incluyó en el artículo 5º, 6 de la Ley 17/2020, de 22 de diciembre, sobre el derecho de las mujeres a erradicar la violencia machista. Sin embargo, el Parlamento estatal, que ha aprobado varias leyes en años recientes promovidas por el Ministerio de Igualdad,

no consideró la necesidad de regular esta forma de violencia machista que sufren específicamente las mujeres y sus hijas e hijos.

Por el contrario, sí existe legislación internacional que contempla este tipo de violencia machista, legislación que forma parte de nuestro derecho interno por estar contenida en tratados internacionales que han sido ratificados por el Estado español. Se trata de los siguientes instrumentos jurídicos internacionales:

- 1 La Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer, de la Asamblea General de la ONU, del año 1993, que define la violencia institucional en su artículo 2 y en el artículo 4 establece la obligación de los estados de proceder con la diligencia debida para prevenir, investigar y castigar todo acto de violencia contra la mujer, ya se trate de actos perpetrados por el estado o por particulares.
- 2 La Convención del Consejo de Europa, que conocemos como Convenio de Estambul, ratificada por el Estado español en 2014, que regula la violencia institucional en el artículo 5 al establecer que las partes (los Estados que ratifiquen el Convenio) "se abstendrán



de cometer cualquier acto de violencia contra las mujeres y se asegurarán de que las autoridades, los funcionarios y las instituciones estatales, así como los demás actores que actúan en nombre del estado se comporten de acuerdo con esta obligación”.

Por su parte, el artículo 30 del Convenio, apela igualmente a la obligación de los estados parte de actuar con la diligencia debida para prevenir, castigar, investigar estos actos de violencia contra las mujeres.

La ley 17/2020 de Cataluña tiene una definición más amplia acerca de qué se considera violencia institucional, tomada en parte de la Convención interamericana Belem Do Pará, de 1996, y dice que la constituyen “las acciones y omisiones de las autoridades, el personal público y los agentes de cualquier organismo o institución pública que tengan por finalidad retrasar, obstaculizar o impedir el acceso a las políticas públicas y al ejercicio de los derechos que reconoce la presente ley para asegurar una vida libre de violencia machista, de acuerdo con los supuestos incluidos en la legislación sectorial aplicable”. Y añade que la utilización del (falso) Síndrome de Alienación Parental (SAP) también es violencia institucional.

En los procesos de derecho de familia, sobre todo cuando existe o ha existido violencia machista, y en los procesos penales por violencia sexual y violencia de género, se ocasiona, con frecuencia, este tipo de violencia sobre las mujeres y sus hijas e hijos. Ocurre, por ejemplo:

- ◇ Cuando se duda del relato de una mujer que acude a denunciar por delitos de violencia de género.
- ◇ Cuando, por no haber acordado el juzgado las medidas de protección adecuadas por no haber creído a la mujer, ha vuelto a ser maltratada.
- ◇ Cuando tras una denuncia por abusos sexuales infantiles que ha sido archivada qui-

“

Y este es un problema de primer orden para combatir adecuadamente la violencia machista desde los juzgados. De nada sirve tener buenas leyes si con frecuencia quienes las tienen que aplicar son incapaces de hacerlo libres de prejuicios machistas y prolongan el sufrimiento de las mujeres que se atreven a denunciar.

zá por no haber podido probar las agresiones, se acuerdan visitas sin tutela alguna de las hijas o hijos con el padre e incluso se acuerda la custodia compartida o individual a su favor.

- ◇ Cuando el juzgado resta importancia a las consecuencias que tiene la violencia económica en la mujer y sus hijas e hijos y castiga sin piedad a las madres cuando los menores se niegan a cumplir las visitas.
- ◇ Cuando se acuerdan pensiones de alimentos de 100 € al mes por hijo.
- ◇ Cuando se deniega la realización de pruebas necesarias para acreditar la existencia de violencia de género y/o sexual.
- ◇ Cuando los informes periciales de los gabinetes del juzgado presentan un padre perfecto y una madre malvada.
- ◇ Cuando en las sentencias no se tiene en cuenta la existencia de violencia machista para la adopción de las medidas relativas a hijas e hijos menores de edad.
- ◇ Cuando se obliga a las y los menores a cumplir las visitas contra su voluntad y se culpabiliza a la madre de la negativa de aquéllos, aplicando el falso SAP.



◇ Cuando a consecuencia de esa negativa de los hijos, se imponen multas pecuniarias a la madre, que no puede pagar. O se deduce contra ella testimonio por delito de desobediencia.

Estas y otras muchas situaciones que viven las mujeres que deciden romper la pareja con el violento (el 70% de las que sufren violencia machista) o denunciarle (el 25%) en su camino por el juzgado, constituyen violencia institucional.

La causa es el patriarcado. La herencia de una sociedad y de unas leyes que atribuían al marido y padre todo el poder sobre la esposa, los hijos y los bienes y una judicatura y fiscalía que está aún instalada en esa ideología misógina, llena de prejuicios y estereotipos sexistas, que les hace aplicar mal buenas leyes. Maria Telo (1915-2014), fue una extraordinaria jurista feminista y acuñó una frase representativa de lo anterior: **“El Derecho de Familia es el arca sagrada del patriarcado”**, porque históricamente ha elevado a categoría de ley ese poder omnímodo del varón en el ámbito familiar. **Hoy ya tenemos leyes igualitarias, pero con frecuencia aplicadas por misóginos.**

Y este es un problema de primer orden para combatir adecuadamente la violencia machista desde los juzgados. **De nada sirve tener buenas leyes si con frecuencia quienes las tienen que aplicar son incapaces de hacerlo libres de prejuicios machistas y prolongan el sufrimiento de las mujeres que se atreven a denunciar.**

Resolver este problema requiere saber -y querer- juzgar desde otro paradigma, el de la igualdad, lo que llamamos juzgar con perspectiva de género, sin que los estereotipos impidan analizar con objetividad unos hechos y aplicar sin sesgos de género unas leyes que son igualitarias. Es una técnica que se puede y se debe aprender, porque juzgar con perspectiva de género es una obligación que deriva de nuestro derecho interno y del derecho internacional.

Transitar de una justicia patriarcal a una justicia igualitaria es un camino que debemos recorrer todos los operadores jurídicos; especialmente quienes más responsabilidad tienen, que son los jueces y juezas. Pero va en ello que muchas mujeres y sus hijas e hijos puedan acceder a una vida en paz. ■



Pilar Pascual

Coordinadora de AMS

## ¿Por qué una formación 100% feminista?

### Posgrado de la Escuela ESEN



Para poder responder a esta pregunta primero tenemos que definir qué es el feminismo, para ello nos vamos a apoyar estas dos acepciones:

*El feminismo es un **movimiento político, social, académico, económico y cultural**, que busca crear conciencia y condiciones para transformar las relaciones sociales, lograr la igualdad entre los hombres y las mujeres, y eliminar cualquier forma de discriminación o violencia contra las mujeres.*

*El feminismo es una **teoría explicativa** sobre la situación de subordinación de las mujeres dentro del sistema patriarcal que investiga cómo se constituye el sujeto mujer a través de la imposición de los roles de género.*

Además el feminismo es una **teoría científica** que lleva más de 300 años desarrollándose, por académicas y activistas por los derechos de las mujeres, desde todas las disciplinas que nos podemos imaginar como la filosofía, la sociología, la política, la psicología, la medicina, la economía, la historia, etc.... para explicar qué consecuencias tiene para las mujeres vivir en un mundo patriar-

cal cimentado en el sistema sexo/género y en la división sexual del trabajo.

Desde todas estas disciplinas, nos han ayudado a comprender el papel y valor que nos imponen por nuestro sexo y qué efectos provoca una educación diferencial y desigual en el reparto del poder para ambos sexos. Asimismo, se ha estudiado una variable que es consustancial a este tipo de sociedades como es violencia que ejercen los hombres sobre las mujeres. Este tipo de violencia tiene un carácter estructural y el objetivo de perpetuar los roles designados de dominación masculina y sumisión femenina.

#### **Dónde podemos estudiar la teoría feminista**

Después de definir feminismo, deberíamos saber que los estudios feministas que despliegan esta teoría se enfrentan a diversas las barreras, por un lado, no consiguen la aceptación y divulgación necesaria para que ser conocidos por la comunidad científica. Por otro lado, aún hoy existe una fuerte resistencia a incorporar la perspectiva de género feminista en las distintas disciplinas



## Qué necesitan las profesionales para ejercer desde el feminismo

### Vamos a partir de dos realidades

- La ciencia como construcción social de la realidad sigue siendo **androcéntrica** (androcentrismo epistémico), se resiste a incorporar una **epistemología feminista** que acabe con los sexos sexistas.
- La epistemología feminista, revela la importancia del **sistema sexo/género en la producción del conocimiento y en la actividad científica** y pone en evidencia la desventaja a las mujeres.
- Las diferentes disciplinas académicas **aún no han integrado la epistemología feminista** en sus saberes y siguen formando al alumnado sin incorporar la perspectiva de género en sus enseñanzas.
- Venimos de un fortísimo **conocimiento patriarcal** que aún es necesario seguir desmontando.



## Qué necesitan las profesionales para ejercer desde el feminismo

### Objetivos de los estudios feministas

El feminismo es una **teoría científica que lleva más de 300 años desarrollándose**, desde todas las disciplinas posibles, como la filosofía, la sociología, la política, la psicología, la medicina, la antropología, la economía, la historia o las matemáticas, etc... que explica:

- **qué consecuencias tiene para las mujeres una organización del mundo basada en el sistema sexo/género.**
- **cómo están organizadas las sociedades patriarcales, el papel y el valor que nos imponen dependiendo del sexo con el que nacemos y qué efectos provoca una educación diferencial y desigual en el reparto del poder**
- **estudian una variable que es consustancial a este tipo de sociedades y que tiene un carácter estructural como es la violencia que ejercen los hombres sobre las mujeres para perpetuar el rol asignado.**

**Los estudios feministas no adquieren el prestigio académico necesario y no llegan a todas partes porque el sexismo también atañe a la divulgación**

académicas y por tanto en sus enseñanzas. Ni siquiera en medicina o psicología, por poner un ejemplo, enseñan a su alumnado a mirar a las personas teniendo en cuenta la variable sexo, cuando todas sabemos que nuestros cuerpos y nuestras mentes son diferentes y requieren soluciones distintas.

La psicología feminista, se ha empeñado en describir cómo incide la socialización patriarcal y la violencia estructural en la construcción de la personalidad de las mujeres y los efectos que provoca a corto, medio y largo plazo en su salud mental. En concreto, en el modelo teórico que hemos desarrollado en AMS, la Psicoterapia de Equidad Feminista, nos hemos encontrado con varias consecuencias negativas: constructos psi-

“

Podemos subrayar que para considerarse feminista y llegar a ser una profesional desde este paradigma científico es necesario conocer esta teoría, hay que leer a las académicas y resto de autoras, hay que aprender y formarse en feminismo. ¿pero en dónde?



cológicos como la autoestima, la asertividad o el desarrollo del yo individual están carenciados en muchas de nosotras y, por el contrario, otros están sobredimensionados como el yo social o para los demás, la empatía, la colaboración... Esto nos supone enfrentarnos a la vida con unas herramientas que no nos son útiles porque la confianza en nosotras mismas, la seguridad personal o en la toma de decisiones se ven perjudicadas. En una palabra, en elementos imprescindibles para tener buena salud mental se ven afectados.

Entonces, **¿qué características debe tener una formación 100% feminista?**

Para nosotras las profesionales de Mujeres para la Salud, tiene que cumplir con estos dos requi-



Todas las mujeres tenemos que cuestionarnos los efectos que ha provocado en nuestra personalidad la socialización de género, porque el hecho de formarnos en otras disciplinas no garantiza que entendamos qué secuelas ha dejado en nosotras esa forma de educación recibida y qué malestares nos puede llegar a provocar, tanto en la vida personal como profesional.

sitos, conocer y reflexionar sobre la teoría feminista y cuestionarnos cómo nuestra personalidad ha sido afectada por la socialización patriarcal.

Para ello es necesario contar con las mejores expertas, académicas y activistas feministas, en cada una de las temáticas propuestas.■




LISTADO PROFESORADO. Primera fila: Alicia Miyares Fernández, Altamira Gonzalo Valgañón, Ana C. Pollán, Ana de Miguel Álvarez, Laura Redondo Gutierrez, Ángeles Álvarez Álvarez. Segunda fila: Carmen Castro García, Carmen Ruiz Repullo, Teresa Lozano, Zua Méndez, Marisa Soletto Ávila, Paula Fraga Arias. Tercera fila: Silvia Buabent Vallejo, Almudena Cortés Maisonave, Tasia Aránguez Sánchez, Luisa Posada Kubissa, Susana Piedra Zorrilla, Graciela Atencio. Cuarta fila, Pilar Aguilar Carrasco, Pilar Farello Flores, Pilar García Jove, Rosa Cobo Bedia, Rosa San Segundo Manuel, Sonia Lamas Millán.



**El posgrado *Experta en los malestares de las mujeres provocados por la socialización patriarcal* pretende dotar a nuestras alumnas de una completa formación feminista.**

- ◇ El curso está pensado para dotar a nuestras alumnas de competencias profesionales con enfoque feminista, ya sean profesoras, abogadas, médicas, psicólogas, trabajadoras sociales... cuya actividad impacta directamente en la vida de las niñas y mujeres con las que se relacionan en virtud de su profesión.
- ◇ No hay mayor satisfacción que ver cómo nuestras alumnas van materializando lo aprendido en proyectos laborales genuinamente feministas.
- ◇ Para llegar a esta meta reciben una formación teórica feminista imprescindible, de la que formas parte como docente, así como en todas aquellas áreas y ámbitos que afectan a la vida y salud de las mujeres.
- ◇ La singularidad y núcleo fundamental de nuestra formación es el abordaje de la socialización patriarcal desde la introspección y análisis de la propia trayectoria vital de las alumnas, tanto individualmente, como a través de la puesta en común de sus vivencias y reflexiones en el grupo de concienciación que se crea a tal fin y que es la esencia del curso y la razón de que se requiera presencialidad. Es nuestra fórmula para detectar el impacto del patriarcado en nuestras vidas y llegar a un autoconocimiento que facilite la detección de los malestares de "género" o en su caso la prevención de estos en las niñas o mujeres a las que van a atender desde sus profesiones respectivas.
- ◇ La presencialidad, requisito al que no queremos renunciar por el potencial inherente al aprendizaje en grupo, Todo esto lo hacemos de forma presencial y con un número reducido de alumnas cada año (máximo 15 cada año). Esta es una de las diferencias de otras formaciones feministas teóricas que pueden impartirse online.
- ◇ Estamos muy satisfechas con los resultados y queremos agradecerle sinceramente tu valiosa participación en este proyecto del que ya estamos preparando la siguiente edición.



# Testimonios

Contar con los testimonios de mujeres que han pasado por el Espacio de Salud Entre Nosotras o han cursado nuestro posgrado nos parece uno de los mayores regalos que pueden hacernos. Gracias por ser tan generosas.

## Un testimonio gráfico

María

Usuaria del Espacio de Salud Entre Nosotras



Proceso terapéutico de María.

# “Testimonios



“Empecé esta experiencia aconsejada por un familiar en un momento de caos en mi vida en el que no podía más; estaba hundida totalmente en la tristeza y sentía que mi vida no tenía salida por ningún lado; reconozco que la primera sesión grupal me sentí ridícula y quise dejarlo, pero mi psicóloga Eurne me habló para pedirme que me diera una oportunidad y fuese a la siguiente sesión también y si me seguía sintiendo así pues ya valoraré seguir o no. Así lo hice y me doy las gracias a mí misma por darme esa oportunidad de cambio en mi vida y a Eurne por haberme ayudado a seguir la terapia. En la terapia grupal encontré gente increíble con la que me sentía identificada y con la que cada semana quería volver a hablar porque me sentía muy bien, sentía una charla de amigas donde todo estaba permitido y nadie cuestionaba como me sentía. Me ayudó tanto AMS a poder reconocer lo que estaba viviendo, cosas que yo tenía normalizadas por mi educación y que no eran como me enseñaron. Aprendí a poner límites a las personas, a mí vida,.... Siempre pensé que mi ansiedad era fruto de mi forma de ser y aquí descubrí que no era así, que son traumas que tenía que sanar y también cambios que tenía que dar a mi vida. Lo más importante que he vivido aquí con AMS es la sensación de sentirme acompañada en todo momento. Me han ayudado a aprender a gestionar mi vida en todos los ámbitos, a conseguir objetivos que jamás pensé que podía conseguir. Ánimo a todas las mujeres que estén viviendo un mal momento a que puedan sentirse acompañadas y guiadas en esta experiencia tan bonita hacia su nuevo yo, un yo libre, lleno de fuerza y empoderamiento, un yo que sabe lo mucho que vale y que ya no tiene miedo a tomar decisiones. Un abrazo gigante y gracias AMS. ■



“Que las mujeres tenemos una energía inevitablemente creadora y creativa es una de las verdades más ocultas del mundo.

Hace dos años yo era agua, escurriéndome por las vidas de los que me rodeaban, líquida, estancada.

AMS llegó a mi vida de la mano de una de las mujeres más increíbles que he conocido, Ros. AMS me abrió los brazos, los ojos y la rabia.

AMS me escuchó y me colocó en medio de un montón de mujeres increíbles, como en un juego de espejos.

Mujeres viéndose gigantes unas a otras pero sintiéndose una mierda por el simple hecho de nacer mujer.

Gracias a una de esas gigantes que se creía charquito también, he podido sacar este cuaderno sobre la agenda feminista<sup>1</sup>, en el que trabajé a solas, pero que sin la colaboración de otras mujeres, hubiese sido imposible.

Sigo siendo agua, pero ahora sé que todas lo somos, que no estamos solas, que el estancamiento se acaba cuando te sientas a hablar con otra mujer.

Sigo siendo agua, pero ya no soy un charco, ahora soy una ola cogiendo fuerzas para golpear al patriarcado.” ■

<sup>1</sup> Terfilla se refiere a una revista que ha publicado por sus propios medios.



## OPINIONES DE LAS ALUMNAS

Posgrado Los Malestares de las Mujeres Provocados por la socialización patriarcal

**R**esumiéndolo mucho, puedo decir que el posgrado para mí ha supuesto un hito; es decir un antes y un después. Y eso no es algo que pueda decir de la gran mayoría de las formaciones que he hecho en mi vida. Por un lado, ha sido la pieza que me faltaba para entender la salud de las mujeres;

**Si tuviera que elegir una palabra para definir lo que ha significado el posgrado para mí sería, sin duda, «transformador».**

pero la gran pieza, que en realidad está en la base y sin la que antes todo me parecía desconectado y sin sentido. Me ha permitido reconciliarme con la psicología, de la que había renegado porque creía que no daba respuesta a nuestros problemas, y ahora tengo realmente ganas de trabajar por ese camino porque le encuentro verdadero sentido. Por otro lado, ha sido un huracán emocional. Me ha revuelto, me ha desmontado y ha hecho que me cuestione muchas cosas. El trabajo de introspección ha sido duro, no lo vamos a negar, pero ahora veo que también necesario. Cómo vamos a acompañar a otras mujeres si no nos hemos mirado antes a nosotras mismas. Tiene mucho más sentido este trabajo práctico que, por ejemplo, aprender cosas de memoria que luego olvidaré. Lo aprendido aquí, en cambio, es de por vida. Por último, ha sido un lujo contar con semejante nivel de profesoras (lo único que lamento es que las clases casi siempre se me hacían cortas, y cuánto me hubiera gustado algunas veces seguir profundizando con ellas); y también un lujo poder compartir aprendizajes, vivencias, apoyos con vosotras, compañeras (¡mil gracias a todas!). Si tuviera que elegir una palabra para definir lo que ha significado el posgrado para mí sería, sin duda, «transformador».

**E**n estos últimos meses he reflexionado sobre cómo este posgrado me ha ayudado a reconciliarme un poco más con mi profesión. Yo no soy enfermera vocacional, pero las especialidades que he escogido, salud mental y ahora el posgrado experta en malestares de género, sí son aspectos que siento que van conmigo. Es la perspectiva con la que quiero seguir trabajando en adelante porque creo firmemente que es como las mujeres podemos sanar y ganar poder, como he podido comprobar en mí misma.

**H**aciendo el recorrido por el posgrado me doy cuenta de que me he sentido muy cuidada en el proceso, tanto por la estructura de este como por mis compañeras y profesoras, he roto barreras que necesitaba, a la hora de estar con las demás y de mirarme

**...he roto barreras que necesitaba, a la hora de estar con las demás y de mirarme a mí misma en soledad.**

a mí misma en soledad. He tenido momentos reveladores en los que veía claramente como eran las cadenas de las mujeres y quería desprenderme de todas ellas y aunque aún queda trabajo, siento que he adoptado una mirada que me va a ayudar siempre a caminar y a acompañar a otras. También he entendido muchas de mis frustraciones, por ejemplo, en la filosofía, que siempre me ha apasionado. Al escuchar a mujeres filósofas hablando con tanto sentido desde una perspectiva en la que las mujeres tenemos lugar me ha llenado muchísimo.

**M**e he sentido muy inspirada en diferentes aspectos de mis profesoras y compañeras, entendiendo y liberándome al ver que se puede ser

mujer ¡y mujer feminista!, de muchas maneras. Que la agenda es una, pero que hay diferentes maneras de llevarlo en el cuerpo, afrontarlo y vivirlo. Creo que no se da puntada sin hilo y que el

**Se me ha quedado un fueguito interno y una gran seguridad en nuestra lucha, sabiendo que estoy en el lado adecuado.**

proceso está muy cuidado, además de progresivo, dando la sensación de seguridad necesaria para involucrarse y sentirse capaz de avanzar pese a las vicisitudes. Es un posgrado exigente y a la vez te hace sentir satisfecha contigo misma, además de la insuperable y novedosa sensación de que es útil y real lo que estas aprendiendo. Se me ha quedado un fueguito interno y una gran seguridad en nuestra lucha, sabiendo que estoy en el lado adecuado. Creo que ahora tenemos un montón de recursos fascinantes, ejemplos de mujeres fascinantes y muchas otras cosas al alcance. Veo un montón de puertas abiertas para trabajar por la igualdad en mi trabajo, con compañeras y en mi entorno más cercano. He conectado con la importancia de hablar, de compartir reflexiones y hacerse partícipe. Llegué reivindicando, dentro de mí, mi derecho a estar callada y no tener que demostrar nada, pero me alegro de haber podido entender que mi voz también es importante y que no era tan elegido eso de mantenerse en los márgenes. Aún sigo aprendiendo. Me parece un posgrado super completo que te hace reflexionar y prepararte para todos los ámbitos de la vida. Te da un enfoque feminista general y a la vez profundo que abarca todos los ámbitos importantes de la vida. No sé, no puedo estar más orgullosa de haber elegido esta formación y satisfecha por la experiencia. ¡Gracias a todas por todo!

## LOS MEJORES TRABAJOS DE LAS ALUMNAS DE LA 8ª PR POSGRADO LOS MALESTARES DE LA MUJERES

Este año hemos publicado en nuestras webs varios trabajos de fin de posgrado pertenecientes a alumnas de la 8ª promoción. Estos trabajos son el resultado práctico del año de formación que realizan las alumnas, para adecuar la metodología aprendida, es decir, la perspectiva de género feminista, a sus ámbitos de trabajo

Los trabajos pertenecen a **Noemí**, licenciada en Psicología y amante de la lectura, que ha realizado una revisión muy interesante de la mitología clásica a través de la lectura de 10 obras clásicas reelaboradas por escritoras desde el punto de vista de los personajes femeninos. Esta revisión de los clásicos por importantes autoras tiene su paralelismo sociopolítico con el resurgir del movimiento feminista contemporáneo en lo que se ha llamado en Europa la «cuarta ola».

A **Claudia**, graduada en Educación Social, que trabaja en un Hogar de Protección de niñas y adolescentes y que está muy preocupada por aportar a estas menores vulnerables ese plus de empoderamiento feminista que necesitan para poder sobrevivir, más preparadas emocional y vitalmente, en su etapa de autonomía.

Y, de **Carmen**, también licenciada en Psicología, que ha realizado un análisis cualitativo sobre la incidencia política actual que tienen las asociaciones de mujeres, como entidades más relevantes para reivindicar los objetivos de la agenda feminista. Para ello, Carmen ha realizado diez entrevistas semiestructuradas a mujeres vinculadas a asociaciones o federaciones de ámbito estatal, seleccionadas en calidad de informantes clave, de las siguientes entidades:

- Asociación Feminista La Sur
- Federación de Mujeres Progresistas
- Federación de Mujeres Jóvenes
- Federación de asociaciones de Mujeres Rurales Fademur
- Forum de Política Feminista
- Tertulia Feminista Les Comadres
- Fundación Mujeres
- Federación Estatal de Mujeres Abolicionistas Femab
- Activista feminista y consultora en políticas públicas de igualdad

Los trabajos de las tres han sido seleccionados por su calidad, su estructura y por los interesantes temas que abordan, además de por obtener la máxima calificación.

Dejamos aquí un pequeño resumen de ellos y los enlaces para que podáis disfrutarlos al completo.



### NOEMÍ IZA HERNÁNDEZ

#### LA LENGUA DE FILOMENA. UNA REVISIÓN DEL RETELLING MITOLÓGICO EN LA LITERATURA CON PERSPECTIVA FEMINISTA

#### RESUMEN

La mitología grecorromana que ha quedado inmortalizada fue escrita por hombres desde la perspectiva de estos y centrada en personajes masculinos, como guerreros, reyes y dioses. Estas historias forman el sustrato de la cultura occidental, que ha seguido reelaborándolas para adaptarlas a nuevos tiempos y formatos. Pero los mitos han mantenido la mirada masculina que limita los papeles femeninos a los estereotipados de «buena esposa-madre» o «monstruo», además de que educan en la violencia como forma de mantenerlas en dichos roles. Sin embargo, en el contexto de la «cuarta ola» feminista, las escritoras actuales han reescrito buena parte de la mitología para aportar el punto de vista de los personajes femeninos como protagonistas. Estas nuevas obras no solo dan voz a las mujeres, que resultan en una imagen más humana y compleja, sino que muestran de manera crítica las violencias contra ellas y, además, transforman activamente sus roles.

[http://www.escolaeen.org/WEBESEN/wp-content/uploads/8PR\\_TFP\\_NOEMI-IZA-HERNANDEZ.pdf](http://www.escolaeen.org/WEBESEN/wp-content/uploads/8PR_TFP_NOEMI-IZA-HERNANDEZ.pdf)





## CLAUDIA EVA TAVECCHIA

### EMPODERAMIENTO DE NIÑAS ADOLESCENTES EN EL SISTEMA DE PROTECCIÓN DESDE UNA PERSPECTIVA FEMINISTA

#### RESUMEN

Como educadora social que trabaja en un hogar de protección de menores, desde que inicié en este posgrado he venido sintiendo la necesidad de devolver a las niñas y adolescentes con las que trabajo parte de lo aprendido en este año.

A menudo en mi ámbito de intervención me encuentro con niñas perdidas que no encuentran respuestas para lo que sienten, pero que sí que empiezan a encontrarse con algunos de los malestares que yo misma he sentido y sigo sintiendo con demasiada frecuencia.

Como la niña y adolescente que fui, creo que este trabajo representa no solo una reconciliación con algunas versiones pasadas de mí misma, sino también una propuesta seria, esta vez construida desde el rigor de la teoría feminista, para trabajar en favor de la construcción de sociedades más igualitarias.

Las niñas y adolescentes crecen en un mundo que les miente permanentemente sobre el camino que les llevará hacia la autonomía, y que casi siempre a donde realmente les conduce es a cautiverios contruados para ellas, justo donde el sistema quiere que estén para que no representen una amenaza. Las niñas y adolescentes merecen que les contemos la verdad y, por este motivo, quiero iniciar este trabajo con la frase con la que Nawal El Sadaawi cierra su libro "La cara oculta de Eva":

"Nada es más peligroso que la verdad en un mundo que miente".

<http://www.escuelaesen.org/WEBESEN/wp-content/uploads/TFP-Claudia-Eva-Tavecchia.pdf>



## CARMEN CRUZ ELVIRA

### INCIDENCIA POLÍTICA EN EL MOVIMIENTO ASOCIATIVO DE MUJERES EN ESPAÑA: UNA APROXIMACIÓN CUALITATIVA

#### RESUMEN

Las asociaciones de mujeres, en tanto que espacios de participación social, son reconocidas como agentes sociales, interlocutoras legítimas con los poderes públicos, debiendo articular los Gobiernos los mecanismos necesarios para garantizar el efectivo ejercicio del derecho de participación para las mujeres en la vida política. Así, el presente trabajo se propone conocer, desde un enfoque cualitativo, el estado actual de la participación de las asociaciones de mujeres en la vida política en España y su nivel de incidencia, analizando los factores que pueden explicar el mayor o menor grado de participación y las implicaciones que se derivan de que exista o no una participación efectiva. Para ello, se han realizado nueve entrevistas semiestructuradas a mujeres vinculadas a asociaciones o federaciones de ámbito estatal, seleccionadas en calidad de informantes clave por su conocimiento del asociacionismo de mujeres. Del análisis de las respuestas de las participantes se desprende la necesidad de optimizar la capacidad de influencia política del movimiento organizado de mujeres feministas y de definir un modelo de participación social que se ajuste a las necesidades actuales de las asociaciones de mujeres revisando aquellas estructuras y dinámicas que dificultan la participación y la inclusión de las reivindicaciones feministas en la agenda política y sistémica. A este respecto, se presentan ciertas estrategias que podrían implementarse para remover los obstáculos mencionados y se señalan las principales fortalezas con las que cuenta el movimiento asociativo de mujeres español para afrontar tales desafíos.

<http://www.escuelaesen.org/WEBESEN/wp-content/uploads/Incidencia-poli%CC%81tica-asociacionismo-mujeres.pdf>





IL - AGACIA - ADA - ADABELA - ADELIA - ADELA - ADELAIDA - ADELINA - ADOCIÓN - ADRIANA - ÁFRICA - AERODITA - ÁGATA - AGOSTINA - AGRIPINA - ÁGUEDA - AGUSTINA  
IA - ALBERTA - ALBERTINA - ALDA - ALDANA - ALEGRA - ALEGRIA - ALEJANDRA - ALEJANDRINA - ALEXIA - ALEXANDRA - ALFONSA - ALFONSINA - ALFREDA - ALI - ALICIA - A  
MENDRA - ALMUDENA - ALTAGRACIA - ALTEA - AMADA - AMALIA - AMANCAY - AMANDA - AMAPOLA - AMAYA - AMBAR - AMELIA - AMERICA - AMPARO - ANA - ANABEL - ANABEL  
DREA - ANDREINA - ANGELA - ANGELES - ANGÉLICA - ANGELINA - ANGIE - ANGIUSTIAS - ANIA - ANTEA - ANTONELA - ANTONIA - ANTONIETA - ANTONIA - ANTONINA - AN  
ILINA - ARABELA - ARACELI - ARANTXA - ARANZAZU - ARCADIA - ARGENTINA - ARIADNA - ARIANA - ARMONÍA - ARTEMISA O ARTEMIS - AROA - ASCENSIÓN - ASTRID - ASUNCI  
ONEA - AUGUSTA - AUREA - AURELIA - AURELIANA - AURORA - AUXILIADORA - AYELÉN - AZALEA - AZUCENA - BARBARA - BEATA - BEA - BEATRIZ - BEGONIA - BEGOÑA - BELÉ  
NITA - BERENICE - BERNARDA - BERTA - BETHSABÉ - BETHANA - BETINA - BETTY - BIANCA - BIBIANA - BLANCA - BONA - BRIGIDA - BRISDA - BRIGITA - BRIGITTE - BRANCA  
AVENTURA - CALA - CAMELIA - CAMILA - CANDELA - CANDELARIA - CANDIDA - CANELA - CARIDAD - CARINA - CARLA - CARLOTA - CARMELA - CARMEN - CARMINA - CAROL - C  
ITALIA - CATALINA - CATERINA - CATHY - CAYETANA - CECILIA - CEFERINA - CELESTE - CELESTINA - CELIA - CELINA - CINTA - CHANTAL - CINTHIA - CINTIA - CIRCE - CLARA - C  
UDIA - CELIA - CLEMENTINA - CLEOPATRA - CLEO - CLÍO - CLÓE - CLORIS - CLOTILDE - COLETA - CONCEPCIÓN - CONCHA - CONSOLACIÓN - CONSTANCIA - CONSTANZA - CONS  
RINA - CORNELIA - COSIMA - COVADONGA - CREUSA - CRISPINA - CRISTAL - CRISLINA - CRISTIANA - DAFNE - DAÍSY - DALIA - DALILA - DAMARIS - DANA - DANAE - DANIELA -  
A - DELFINA - DELIA - DELMA - DEMETER - DESDEMONA - DENIS - DESIRE - DEVORAH - DIADEMA - DIANA - DIANORA - DIGNA - DINA - DIONISIA - DOLORES - DOMINGA - DO  
MATILA - ADNATA - DORA - DORIS - DOROTEA - DULCE - DULCINEA - DUNIA - EDO - EDA - EDDA - EDELIA - EDITA - EDIT - EDITH - EDNA - EDUINA - EDURNE - EDUVIGIS - EGERIA -  
ECTRA - ELENA - ELEONORA - ELEONOR - ELINA - ELISA - ELISABET - ELISENDA - ELDISA - ELSA - ELVIRA - EMA - EMILIA - EMILIANA - EMILY - EMMA - EMMANUELA - EN  
RIQUETA - EPIFANIA - ERICA - ERIKA - ERMINIA - ERNESTINA - ESCOLÁSTICA - ESMERALDA - ESPERANZA - ESTEFANIA - ESTELA - ESTER - ESTHER - ESTRELLA - ETEL - ETELV  
NICE - EURÍDICE - EUROPA - EUTERPE - EVA - EVANGELINA - ÉVEL - EVELINA - EXALTACIÓN - FABIOLA - FANNY - FATIMA - FAUSTINA - FE - FEEBE - FEBRONIA - FEDERICA - FEDOR  
LIPA - FELISA - FERMINA - FERNANDA - FILIS - FILOMENA - FINA - FIONA - FIORELA - FLAMINIA - FLAVIA - FLOR - FLORA - FLORENCIA - FLORENTINA - FLORIDA - FORTUNATA -  
NÉ - FRUCTUOSA - FUENCISCLA - FUENSANTA - GABRIELA - GALA - GALATEA - GALENA - GARDENIA - GAVIRA - GEA - GEMA - GEMMA - GENCIA - GENEROSA - GENOVEVA - GEO  
RDA - GERMANA - GERTRUDIS - GIANIRA - GIANNA - GIANNINA - GILDA - GIMENA - GINA - GINEBRA - GINETTE - GIOCONDA - GISELDA - GIULIANA - GIUNIA - GLADIS - GLENDA  
ICE - GRACIA - GRACIELA - GRACIOSA - GRECIA - GREGORIA - GRETA - GRETEL - GRISEL - GRISELDA - GUADALUPE - GUDELIA - GUDULA - GUENDOLINA - GUÍA - GUILLERMINA -  
CUBA - HEIDI - HELDA - HELEN - HELENA - HELEIA - HELGA - HELIANA - HELIENA - HERA - HERMINIA - HERMIONE - HILARIA - HILDA - HILDEGARDA - HILDEGUNDA - HIPO  
TORINA - HORTENSIA - HOSANA - IANINA - IARA - ICIAR - IDA - IDALIA - IDOIA - IDOTA - IFIGENIA - ILUMINADA - IMELDA - IMPERIA - INDIANA - INDIRA - INDRA - INÉS - INGRID - IN  
ENE - IRINA - IRIS - IRMA - IRMINA - ISABEL - ISABELA - ISAURA - ISIDORO - ISIS - ISOLDA - ISOLINA - IVA - IVANA - IVON - IVONNE - IZASKUM - JABEL - JACINTA - JACQUELIN  
JELINA - JAZMÍN - JEANNETTE - JENNIFER - JENNY - JESSICA - JESUSA - JEZABEL - JIMENA - JOAN - JOANA - JOHANNA - JORDANA - JORGELENA - JOSEFA - JOSEFINA - JOVITA  
LIETA - JUNQUERA - JUSTA - JUSTINA - JUTTA - KALI - KAREN - KARENA - KARENINA - KARINA - KATHERINA - KATIA - KATIXA - KAY - KEILA - KEITH - KENDRA - KINISE  
A - LAODAMIA - LARA - LARISA - LATONA - LAURA - LAUREANA - LAVINIA - LEA - LEAL - LEANDRA - LEDA - LEIF - LEILA - LELIA - LENA - LEONADIA - LEOCRICIA - LEONARDA  
ONIA - LEONILDA - LEONOR - LEONORA - LESBIA - LESLIE - LETICIA - LEUCOFRINA - LIA - LIANA - LIBERA - LIBERATA - LIBERTAD - LIBIA - LICIA - LIDIA - LIUVINA - LIGIA - LILA  
NDA - LIOBA - LIONELA - LIS - LISA - LIU - LIUBA - LIVIA - LIZA - LOLA - LORA - LORELEI - LORENA - LORENZA - LORETA - LORNA - LOURDES - LUANA - LUCIA - LUCIANA - LUC  
OVICA - LUISA - LUISINA - LUJAN - LUMINOSA - LUNA - LUPE - LUTECIA - LUTGANDA - LUZ - LUZ - LUTGANDA - MABEL - MARGARENA - MACHA - MACRINA - MADELAINE - MADONNA  
DALENA - MAGIA - MAGNOLIA - MAIA - MAICA - MAIRA - MAITANE - MAITE - MALINI - MALKA - MALVA - MALVINA - MAMES - MANDISA - MANUELA - MAR - MARA - MARCELA - M  
RGARITA - MARGAUX - MARGOT - MARIA - MARIÁN - MARIANA - MARIANELA - MARIBEL - MARIE - MARIEL - MARILINA - MARILU - MARILYN - MARINA - MARION - MARISA - MARIS  
TILDA - MATILDE - MAURA - MAXIMA - MAYA - MAYRA - MAYTE - MEDEA - MELANIA - MELBA - MELIBEA - MELINDA - MELISA - MELISENDA - MELITINA - MELODY - MERCEDES -  
A - MICHAELA - MICHELLE - MILA - MILAGROS - MILAGROSA - MILDRED - MILENA - MIMI - MINERVA - MIRANDA - MIRIAM - MIRIAM - MIRIAM - MIRRA - MIRTA - MIRYAN - MISERICOR



## ¿Te sientes mal, abatida, desilusionada? ¿Estás pasando un periodo de crisis o conflicto y crees que necesitas la ayuda de una psicóloga?

En el ESPACIO DE SALUD ENTRE NOSOTRAS te ofrecemos una **terapia psicológica especializada en mujeres**. Te proponemos un análisis de tu vida cotidiana y las relaciones importantes para ti, primero en una terapia individual y luego en una grupal con otras mujeres que atraviesan situaciones parecidas a la tuya.



A lo largo del proceso terapéutico **cuestionarás y cambiarás todo aquello que te impide ser el centro de tu vida y de tus decisiones**. Aprenderás nuevas formas de relacionarte contigo misma y con tu entorno desde el respeto y el buen trato.

Desde niñas aprendemos a ser sumisas, estar calladitas, ser buenas cuidadoras, ser las madres perfectas, las amigas perfectas, las parejas perfectas,... Sin olvidarnos de tener una imagen corporal estupenda, ser encantadoras y tener un buen trabajo... **Todo ello acaba generando presiones y malestares, incluso depresiones a muchas mujeres.**

En el Espacio de Salud Entre Nosotras te ofrecemos un **tratamiento psicológico especializado en analizar lo que te pasa por ser mujer**. Podrás revisar tus ideas y tus emociones, tu vida cotidiana y las relaciones importantes para ti. Juntas cuestionaremos y cambiarás todo aquello que te impide sentirte dueña de tu vida y de tus decisiones, se abrirán tus horizontes hacia nuevas perspectivas.

**Las psicólogas del Espacio de Salud Entre Nosotras** tenemos una dilatada experiencia en los malestares y los conflictos que afectan a las mujeres. A diferencia de la atención que presta el sistema médico tradicional, el objetivo de nuestra terapia es que entiendas **cuáles son las causas de tus malestares**, y que desarrolles tu poder personal, la confianza y la seguridad en ti misma

necesaria para modificar todos esos condicionantes que te hacen sentir mal.

En otras palabras: te ayudamos a alcanzar tu empoderamiento personal para salir del conflicto en el que estás metida.

### ¿CÓMO ES EL ITINERARIO TERAPÉUTICO DEL ESPACIO DE SALUD ENTRE NOSOTRAS?

El itinerario terapéutico del Espacio de Salud Entre Nosotras pasa por diferentes fases.

Comienza siempre con una **entrevista** con una de nuestras psicólogas, en la que se valorará si esta terapia te puede ayudar a conseguir lo que estás buscando. Así te aseguras de que realmente es la idónea para ti.

A continuación, comenzarás tu recuperación psicológica con una **terapia individual** en la que reducirás los niveles de malestar emocional con los que llegaste y te preparará para la terapia grupal.

Finalmente comenzarás una **terapia grupal** en la que reflexionarás sobre las causas de tu malestar con otras mujeres que pasan una situación parecida a la tuya, comprobarás que existen alternativas y encontrarás herramientas para hacer los cambios que tú necesi-

tes en tu vida y tus relaciones. Aunque en esta fase la propuesta de trabajo es grupal, **tu seguimiento será totalmente individual** y tu psicóloga estará cien por cien pendiente de tus avances.

**Para muchas mujeres estar en un grupo constituido solo por mujeres significa sentir, por primera vez, que sus intereses son centrales, válidos e importantes.**

### LAS VENTAJAS DE COMBINAR TERAPIAS INDIVIDUALES CON TERAPIAS GRUPALES

- Al estar con otras mujeres que sufren situaciones casi idénticas, comprenderás que tus problemáticas no tienen un origen individual sino social.
- Te sentirás en un espacio abierto y relajado, de confianza y aprendizaje en el que podrás analizar tus fortalezas y debilidades e iniciar tu camino hacia el cambio.
- Sentirás total libertad para explorar tus sentimientos.
- Te identificarás con otras mujeres que están viviendo lo mismo que tú y con las que crearás una red de apoyo de gran valor.

Y si quieres más información general sobre el Espacio de Salud Entre Nosotras ponte en contacto con nosotras a través del teléfono **628.416.791** o en el correo electrónico **info@mujeresparalasalud.org**. También puedes entrar en nuestra página **www.mujeresparalasalud.org** donde encontrarás más

información sobre nuestros tratamientos, opiniones y testimonios de mujeres y el resto de servicios que te ofrecemos en Mujeres para la Salud, y además pedir una cita.



# ¡NO ESTÁS SOLA!

## TALLERES DE GRUPO

### MUJERES JÓVENAS

¿Eres una mujer joven harta de formarte, pero con miedo a lanzarte al mundo laboral? ¿Tienes problemas con tus padres, tu pareja o te cuesta aceptar tu cuerpo?

### MUJERES DE MEDIANA EDAD

¿Eres una mujer entre 35 y 50 con pareja e hijas/os menores de edad? ¿Te saturan tus responsabilidades, pero no puedes abandonar ninguna y eso te genera culpabilidad y tristeza?

### MAYORES DE 40 CON INTERROGANTES SOBRE LA MATERNIDAD

Si eres una mujer independiente que te has dedicado a tu desarrollo profesional, que has tenido diferentes desengaños amorosos y/o te estás planteando la maternidad.

### MUJERES A PARTIR DE LOS 55

¿Has dedicado tu vida a cuidar a tu familia y tu trabajo ha respondido más a una necesidad económica familiar que a un proyecto personal? Ahora tus hijas/os son mayores e incluso independientes y tú no consigues motivarte con nada y te sobra el tiempo por todas partes. ¡Por no hablar de los conflictos con tu pareja!

### EXPERIENCIAS TRAUMÁTICAS

Si has vivido violencia de pareja, fuiste víctima de abusos sexuales durante tu infancia y/o adolescencia o estás pasando una separación de pareja complicada, en estos talleres te daremos las claves para recuperar tu bienestar.

# Talleres de Crecimiento Personal

Todos los talleres de crecimiento personal pueden ser presenciales y online y los impartimos en la sede de AMS y también nos desplazamos a las sedes de otras entidades que lo soliciten como ayuntamientos, asociaciones de mujeres, ONG,...

Te dejamos unos ejemplos de los talleres que realizamos. Puedes ver más en nuestra web

<https://www.mujeresparalasalud.org/que-hacemos-talleres-de-crecimiento-personal/>



## DESARROLLAR LA AUTOESTIMA Y LA COMUNICACIÓN POSITIVA

La autoestima se aprende, cambia y puede mejorar. Una autoestima adecuada, vinculada a un concepto positivo de una/o misma/o, potenciará la capacidad para desarrollar habilidades y aumentará el nivel de seguridad personal. Para ello, la forma en que las personas nos percibimos y nos sentimos tiene que cambiar, y este cambio afectará al resto de las áreas de la vida, aportando una sensación de bienestar.

**En este taller proponemos conocer una estrategia de comunicación que permitirá manifestar las convicciones y defender los derechos personales de una manera congruente, directa y equilibrada. ■**

## TALLER DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA MUJERES

¿Eres capaz de manejar tus emociones para que no se interpongan en tu camino y tu bienestar? ¿Alguna vez has pensado “ojalá supiera controlarme más y haber sido capaz de reaccionar mejor frente a esta situación”?

La inteligencia emocional es la capacidad de reconocer, aceptar y canalizar nuestras emociones para dirigir nuestras conductas a objetivos deseados, lograrlos y compartirlos con las demás personas.

**Desarrollando una buena inteligencia emocional lograrás escuchar y comprender tus emociones y las de las personas de tu entorno. Potenciarás cualidades personales que muchas veces quedan olvidadas. ■**

## LA SOLEDAD NO DESEADA

La soledad es uno de los grandes problemas a los que se enfrenta la sociedad actual. Sin embargo, hay muchas “soledades” y no todas son vividas de forma negativa. Hablamos de una soledad que genera dolor y que puede estar provocada por la falta de relación con otras personas y con la falta de vinculación con el entorno comunitario. Incide de una manera especial en las personas mayores y sobre todo en las mujeres.

**Reconocer los sentimientos de soledad, practicar el autocuidado, poner en valor los aspectos positivos y la sabiduría que aporta la edad, crear redes de sororidad y trabajar la independencia y la autonomía, construir una familia elegida, te ayudarán a superar la soledad no elegida. ■**

## VIAJE A BALNEARIO CON TALLER DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Un viaje todo incluido a un balneario al que irás acompañada de las profesionales de Mujeres para la Salud y otras mujeres con las que compartirás unos días de bienestar integral.

Ven con nosotras y disfruta de las múltiples actividades que tenemos preparadas para ti: un taller de inteligencia emocional por las mañanas que complementarás con los tratamientos termales que ofrece el balneario.

**También está pensado para las instituciones que trabajen con mujeres víctimas de violencia machista y sus hijas e hijos a través de los fondos del pacto de estado contra la violencia. ■**

<https://www.mujeresparalasalud.org/que-hacemos-talleres-de-crecimiento-personal/>

## DIVULGACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN: CONFERENCIAS, SEMINARIOS, TALLERES...

Colaboramos con todo tipo de personas y entidades que comparten con nosotras el objetivo de mejorar la salud y el bienestar de las mujeres

La sensibilización es el primer paso para la prevención de los malestares de las mujeres y las múltiples formas de violencia que se comete contra quienes representan más del 50% de la población mundial. Por eso, desde el principio, hemos comprendido que uno de nuestros objetivos debe ser divulgar y sensibilizar al mayor número de mujeres y al resto de la sociedad sobre los efectos que produce la educación y las presiones sociales de género sobre la salud y el malestar de las mujeres, y que trascienden de generación en generación.

Consideramos la sensibilización y la formación una parte fundamental de nuestra labor y compromiso con la sociedad. Por ello desarrollamos actividades en diversos campos: salud, educación, empoderamiento de las mujeres, violencia de género,...

Esta labor la llevamos a cabo tanto a través de diferentes medios:

- Nuestras redes sociales
- Las publicaciones de nuestro blog
- Nuestra revista anual La Boletina
- Charlas, ponencias, conferencias, talleres... fuera de nuestra sede
- Campañas especiales en torno a los Días Internacionales que consideramos de especial relevancia

Realizamos fuera de nuestra sede charlas, conferencias o talleres y participamos en jornadas, foros y encuentros, pequeños y grandes, de carácter local, regional e incluso internacional. Colaboramos con asociaciones, ONGs, grupos y colectivos interesados y trabajamos con las distintas administraciones públicas (en ámbitos de mujer, igualdad, sanidad, educación, etcétera) y entidades privadas.



## PLAN DE FORMACIÓN EN IGUALDAD PARA EMPRESAS Y ENTIDADES

Las empresas de más de 50 empleadas/os están obligadas a tener un Plan de Igualdad que es el conjunto de acciones que la empresa debe desarrollar para conseguir la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres en la organización.

AMS ha diseñado cursos que ayudan a las entidades y empresas a construir, implantar y mejorar su Plan de Igualdad, potenciar las habilidades personales y conseguir un clima laboral que genere motivación y compromiso. Cursos de formación en igualdad, inteligencia emocional, gestión del tiempo, motivación, habilidades sociales, asertividad, liderazgo pensados para las organizaciones y su personal.

Más info en <https://www.mujeresparalasalud.org/plan-de-formacion-en-igualdad-para-empresas-y-entidades/>

### CURSOS

- Formación en igualdad en el ámbito de la empresa
- Inteligencia emocional: aprendiendo a gestionar las emociones
- Gestión del tiempo para la mejora de la calidad de vida
- Perdiendo el miedo a hablar en público
- Resolviendo conflictos. Una comunicación no violenta
- Motivación para el trabajo
- Habilidades emocionales para gestionar y motivar equipos
- Liderazgo y habilidades directivas
- Asertividad y resolución de conflictos en el trabajo
- Curso de para la docencia e-learning
- Servicio de consultoría y formación para empresas y entidades

Más información en:  
[www.mujeresparalasalud.org](http://www.mujeresparalasalud.org)  
[info@mujeresparalasalud.org](mailto:info@mujeresparalasalud.org) | 628.416.791

# POSGRADO .ESEN

EXPERTA EN LOS MALESTARES DE LAS MUJERES PROVOCADOS POR LA SOCIALIZACIÓN PATRIARCAL



**¿Eres titulada y/o profesional y trabajas con mujeres? Encuentra las herramientas para trabajar con ellas de una manera más saludable**

**Posgrado en los Malestares de Género -Su prevención e impacto en la salud integral de las mujeres-** es una formación para todo tipo de mujeres profesionales que quieran mejorar la atención a las mujeres con las que trabajen.

Encuentra las claves prácticas y teóricas necesarias para incorporar la mirada de género a tu profesión si atiendes, enseñas, defiendes, asesoras... o simplemente te relacionas con mujeres de cualquier edad.

Una formación mixta presencial y online que te dará las actitudes y las aptitudes necesarias para afrontar las carencias que provoca en las mujeres y niñas la educación sexista y los malestares que la sociedad machista desencadena en las vidas de las mujeres por el simple hecho de ser mujer.

Más información en:  
[www.escuelaesen.org](http://www.escuelaesen.org)  
o llama al 628.416.791

**Una formación motivacional que permitirá mejorar tu profesión y tu vida**

Con este **posgrado en género** desarrollarás las actitudes y las aptitudes necesarias para afrontar las carencias que provoca en las mujeres y niñas la educación sexista y los malestares que la sociedad machista desencadena en sus vidas, por el simple hecho de ser mujeres.

Te proponemos un trabajo interno. Ponemos una mirada hacia el interior de cada alumna, un cuestionamiento personal que te permitirá tomar conciencia de tu propia educación sexista. **Entiéndete para ayudar al resto de las mujeres a entenderse.**

Nos define una pedagogía participativa, humanista, holística y feminista. Durante tu proceso de aprendizaje estarás continuamente acompañada de grandes profesionales que te darán las claves para encontrar nuevas formas de ser mujer.

Adquiere con el **Posgrado en Malestares de Género -Su prevención e impacto en la salud integral de las mujeres-** una visión crítica e ideológica desde

diferentes disciplinas (filosofía, sociología, antropología, derecho, economía, política...) que te permitan impulsar el cambio del sistema patriarcal hacia un sistema de igualdad y respeto entre hombres y mujeres.

**Profesorado de lujo**

Además del Equipo de la Escuela ESEN, formado por Soledad Muruaga, directora, Pilar Pascual, codirectora y coordinadora pedagógica, Maite García, administrativa, Susana Palomo, profesora, Escuela del Espacio de Salud Entre Nosotras (Escuela ESEN) cuenta con reconocidas profesoras e investigadoras en Estudios Feministas, de las Mujeres y de Género que se suman al equipo de profesionales de AMS para ofrecer una formación de posgrado de la más alta calidad.

Si quieres conocer la opinión de las alumnas de la 8ª promoción puedes consultar el Informe de Evaluación que realizaron al acabar el curso, en [https://www.escuelaesen.org/WEBESEN/wp-content/uploads/INFORME-EVALUACION-8PR-Posgrado\\_2024.pdf](https://www.escuelaesen.org/WEBESEN/wp-content/uploads/INFORME-EVALUACION-8PR-Posgrado_2024.pdf).



IL - ACACIA - ADA - ADABELA - ADELIA - ADELA - ADELAIDA - ADELINA - ADORACIÓN - ADRIANA - ÁFRICA - AFRODITA - ÁGATA - AGOSTINA - AGRIPINA - ÁGUEDA - AGUSTINA  
INA - ALBERTA - ALBERTINA - ALDA - ALDANA - ALEGRA - ALEGRIA - ALEJANDRA - ALEJANDRINA - ALEXIA - ALEXANDRA - ALFONSA - ALFONSINA - ALFREDA - ALI - ALICIA - A  
MENDRA - ALMUDEYA - ALTAGRACIA - ALTEA - AMADA - AMALIA - AMANCAY - AMANDA - AMAPOLA - AMAYA - ÁMBAR - AMELIA - AMÉRICA - AMPARO - ANA - ANABEL - ANABEL  
DREA - ANDREINA - ANGELA - ANGELES - ANGÉLICA - ANGELINA - ANGIE - ANGIUSTAS - ANIA - ANTEA - ANTONELA - ANTOLOLA - ANTONIETA - ANTONIA - ANTONINA - AN  
ILINA - ARABELA - ARACELI - ARANTXA - ARANZAZU - ARCADIA - ARGENTINA - ARIADNA - ARIANA - ARMONÍA - ARTEMISA O ARTEMIS - AROA - ASCENSIÓN - ASTRID - ASUNCI  
ONEA - AUGUSTIA - AUREA - AURELIA - AURELIANA - AURORA - AUXILIADORA - AYELEN - AZALEA - AZUCENA - BÁRBARA - BEAÑA - BEA - BEATRIZ - BEGONIA - BEGOÑA - BELÉ  
NITA - BERÉNICE - BERNARDA - BERTA - BETHSABE - BETIANA - BETINA - BETTY - BIANCA - BIBIANA - BLANCA - BONA - BRÍGIDA - BRISDA - BRIGITA - BRIGITTE - BRANCA  
AVENTURA - CALA - CAMELIA - CAMILA - CANDELA - CANDELARIA - CANDIDA - CANELA - CARIDAD - CARINA - CARLA - CARLOTA - CARMELA - CARMEN - CARMINA - CAROL - C  
ITALIA - CATALINA - CATERINA - CATHY - CAYETANA - CECILIA - CEFERINA - CELESTE - CELESTINA - CELIA - CELINA - CINTA - CHANTAL - CINTHIA - CINTIA - CIRCE - CLARA - C  
LUBIA - CLELIA - CLEMENTINA - CLEOPATRA - CLEO - CLIO - CLOE - FLORIS - CLOTILDE - COLETA - CONCEPCIÓN - CONCHA - CONSOLACIÓN - CONSTANCIA - CONSTANZA - CONS  
RINA - CORNELIA - CÓSIMA - COVADONGA - CREUSA - CRISPINA - CRISTAL - CRISTINA - CRISTIANA - DAFNE - DAISY - DALIA - DALILA - DAMARIS - DANA - DÁNAAE - DANIELA -  
A - DELFINA - DELIA - DELMA - DEMETER - DESDEMONA - DENIS - DESIRE - DEVORAH - DIADEMA - DIANA - DIANORA - DIGNA - DINA - DIONISIA - DOLORES - DOMINGA - DO  
MATILA - ADNATA - DORA - DORIS - DOROTEA - BULCE - DULCINEA - DUNIA - EDO - EDA - EDDA - EDELIA - EDITA - EDIT - EDITH - EDNA - EDUNA - EDURNE - EDUVIGIS - EGERIA -  
LECTRA - ELENA - ELEONORA - ELEONOR - ELINA - ELISA - ELISABET - ELISENDA - ELOISA - ELSA - ELVIRA - EMA - EMILIA - EMILIANA - EMILY - EMMA - EMMANUELA - EN  
QUETA - EPIFANÍA - ERICA - ERIKA - ERMINIA - ERNESTINA - ESCOLÁSTICA - ESMERALDA - ESPERANZA - ESTEFANÍA - ESTELA - ESTER - ESTHER - ESTRELLA - ETEL - ETELV  
NICE - EURÍDICE - EUROPA - EUTERPE - EVA - EVANGELINA - EVEL - EVELINA - EXALTACIÓN - FABIOLA - FANNY - FÁTIMA - FAUSTINA - FE - FEBE - FEBRONIA - FEDERICA - FEDOR  
LIPA - FELISA - FERMINA - FERNANDA - FLIS - FILOMENA - FINA - FIONA - FIORELA - FLAMINIA - FLAVIA - FLOR - FLORA - FLORENCIA - FLORENTINA - FLORIDA - FORTUNATA -  
NÉ - FRUCTUOSA - FUENCISCLA - FUENSANTA - GABRIELA - GALA - GALATEA - GALENA - GARDENIA - GAVIRA - GEA - GEMA - GEMMA - GENCIANA - GENEROSA - GENOVEVA - GEO  
RDA - GERMANA - GERTRUDIS - GIANNIRA - GIANNA - GIANNINA - GILDA - GIMENA - GINA - GINEBRA - GINETTE - GIOCONDA - GISELDA - GIULIANA - GIUNIA - GLADIS - GLENDA  
NICE - GRACIA - GRACIELA - GRACIOSA - GRECIA - GREGORIA - GRETA - GRETTEL - GRISEL - GRISELDA - GUADALUPE - GUDIELIA - GUDULA - GUENDOLINA - GUÍA - GUILLERMINA -  
CUBA - HEIDI - HELDA - HELEN - HELENA - HELEIA - HELGA - HELIANA - HELIENA - HERA - HERMINIA - HERMIONE - HILARIA - HILDA - HILDEGARDA - HILDEGUNDA - HIPO  
TORINA - HORTENSIA - HOSANA - IANINA - IARA - IOJAR - IDA - IDALIA - IDOIA - IDOTA - IFIGENIA - ILUMINADA - IMELDA - IMPERIA - INDIANA - INDIRA - INDRA - INÉS - INGRID - IN  
ENE - IRINA - IRIS - IRMA - IRMINA - ISABEL - ISABELA - ISAURO - ISIDORO - ISIS - ISOLDA - ISOLINA - IVA - IVANA - IVON - IVONNE - IZASKUM - JABEL - JACINTA - JACQUELIN  
JELINA - JAZMIN - JEANNETTE - JENNIFER - JENNY - JESSICA - JESUSA - JEZABEL - JIMENA - JOAN - JOANA - JOHANNA - JORDANA - JORGELINA - JOSEFA - JOSEFINA - JOVITA  
LIETA - JUNQUERA - JUSTA - JUSTINA - JUTTA - KALI - KAREN - KARENA - KARENINA - KARIN - KARINA - KATHERINA - KATIA - KATIXA - KAY - KEILA - KEITH - KENDRA - KINISE  
A - LAODAMIA - LARA - LARISA - LATONA - LAURA - LAUREANA - LAVINIA - LEA - LEAL - LEANDRA - LEDA - LEIF - LELA - LELIA - LENA - LEOCADIA - LEOCRICIA - LEONARDA  
ONILA - LEONILDA - LEONOR - LEONORA - LESBIA - LESLIE - LETICIA - LEUCODERMA - LIA - LIANA - LIBERA - LIBERATA - LIBERTAD - LIBIA - LICIA - LIDIA - LIUVINA - LIGIA - LILA  
NDA - LIIBA - LIONELA - LIS - LISA - LIU - LIUBA - LIVIA - LIZA - LOLA - LORA - LORELEY - LORENA - LORENZA - LORETA - LORNA - LOURDES - LUANA - LUCIA - LUCIANA - LUC  
OVICA - LUISA - LUISINA - LUJAN - LUMINOSA - LUNA - LUPE - LUTECIA - LUTGARDA - LUZ - LINDIA - LYLIA - MABEL - MACARENA - MACHA - MACRINA - MADELAINE - MADONNA  
DALENA - MAGIA - MAGNOLIA - MAIA - MAICA - MAIRA - MAITANE - MAITE - MALENA - MALKA - MALVA - MALVINA - MAMÉS - MANDISA - MANUELA - MAR - MARA - MARCELA - M  
RGARITA - MARGAUX - MARGOT - MARIA - MARIAN - MARIANA - MARIANELA - MARIBEL - MARIE - MARIEL - MARILINA - MASSLU - MARILYN - MARINA - MARION - MARISA - MARIS  
TILDA - MATILDE - MAURA - MAXIMA - MAYA - MAYRA - MAYTE - MEDEA - MELANIA - MELBA - MELIBEA - MELINDA - MELISA - MELISENDA - MELITINA - MELODY - MERCEDES -  
A - MICAELA - MICHELLE - MILA - MILAGROS - MILAGROSA - MILDRED - MILENA - MIMI - MINERVA - MIRANDA - MIREYA - MIRIAM - MIRINDA - MIRRA - MIRTA - MIRYAN - MISERICOR

A - AIDA - AINO - AITANA - ALBA - ALBANA - ALIDA - ALINA - ALIONORA - ALONDRA - ALMA - ANA - ANACLARA - ANAHÍ - ANÁIS - ANASTASIA - ANUNCIACIÓN - ANUNCIATA - APIA - APOLONIA - ANTON - ASUNTA - ATALA - ATALANTA - ATANASIA - AN - BELINDA - BELLA - BENEDICTA - BENIGNA - A - BRENDA - BRUNILDA - BUENAVENTURA - CAROLA - CAROLINA - CASANDRA - CASILDA - CLARIBEL - CLARISA - CLARINDA - CLARITA - CUELO - COPELIA - CORA - CORAL - CORDELIA - DARÍA - DÉBORA - DEDICACIÓN - DEJANIRA - DOMINIQUE - DOMITILA - DONA - DONATELLA - E - EGLÉ - HIELEN - EIRA - ELBA - ELCIRA - ELDA - IA - ENCARNACIÓN - ENCARNA - ENGRACIA - INA - ETHEL - EUFEMIA - EUGENIA - EULALIA - RA - FEDRA - FELICIA - FELICIDAD - FELICITAS - FRANCESCA - FRANCISCA - FREYA - FRIDA - ORGIA - GEORGINA - GERALDINA - GERALDINE - A - GLICERA - GLORIA - GODIVA - GODOLEVA - HADA - HARMONIA - HAYDÉ - HAYDEÉ - HEBE - DAMIA - HIPÓLITA HOMBELINA - HONORATA - MA - INMACULADA - IOANA - IOLE - IRACEMA - E - JACOBA - JADE - JAE - JAMILA - JANA - A - JUANA - JUDITH - JUDIT - JULIA - JULIANA - BURGA - KIONA - KIRA - KIRIAN - LAIA - LAILA - LEONCIA - LEONELA - LEÓNIDA - LEONIDAS - LILI - LILIA - LILIAN - LILIANA - LILIT - LINA - CILA - LUCINA - LUCRECIA - LUCY - LUDMILA - A - MADRONA - MAFALDA - MAGALI - MAGDA - MARCELINA - MARCIA - MARCIANA - MARFISA - SOL - MARITA - MARLENE - MARTA - MARTINA - MEREDITH - MERITXELL - MERYL - MESALINA - DIA - MOIRA - MONA - MÓNICA - MONTSERRAT

# Actividades 2024

Las actividades desarrolladas durante el 2024 han estado marcadas por la consolidación de las actividades presenciales. Aunque hemos combinado ambos formatos, la presencialidad ha ido ganando terreno y, al mismo tiempo, se ha ido normalizando el formato online en la formación de profesionales para facilitar su asistencia desde distintos lugares de España.

En 2024 hemos realizado la X Jornada de AMS, **Solo con +feminismo lo conseguiremos**, sobre las aportaciones del feminismo radical a la situación actual de las mujeres, dirigida a profesionales y ciudadanía y la publicación posterior de las ponencias en nuestro canal de YouTube para las personas que no han podido asistir. Así como la elaboración del número 37 de la revista de AMS, La Boletina que tienes en tus manos.

Durante este año 2024 también hemos desarrollado múltiples acciones relacionadas con:

- la formación de profesionales de diferentes ámbitos sociales, educativos y sanitarios y la participación experta en jornadas organizadas por otras entidades.
- la formación y prevención para la ciudadanía, en general, o específica para mujeres de distintas edades.
- el activismo e la incidencia política.
- la participación en medios de comunicación.
- la formación en igualdad para trabajadoras y trabajadores de entidades públicas y empresas privadas en el marco del desarrollo de los Planes de Igualdad de dichas entidades.



# ¡NOSOTRAS A LO NUESTRO!

## ACTIVIDADES DE AMS EN 2024

Pilar Pascual Pastor

### CURSOS, TALLERES, CONFERENCIAS PARA LA CIUDADANÍA

#### ESCUELA DE FAMILIAS EN ROQUETAS DE MAR



Desde el mes de enero del 2024 y durante todo el año, en fechas señaladas por días internacionales, estamos impartiremos ponencias en la Escuela de Familias del Ayuntamiento de Roquetas del Mar, organizadas por los Servicios Sociales Comunitarios, con el objetivo de apoyar una marentalidad y parentalidad positivas. Nuestra compañera Pilar Farelo es la encargada de impartirlas.

- Autoconocimiento emocional. Desarrollando el conocimiento y la escucha de las emociones. Día Mundial de Lucha contra la Depresión. Fecha 17 de enero de 2024.
- Mujer, salud y bienestar. Día de la Mujer. Fecha 6 de marzo de 2024
- Resiliencia: adaptarse a los cambios desde una actitud positiva. Día Mundial de la Salud. 10 de abril de 2024.

- Monoparentalidad: la familia invisible. Día de la Madre y Día Internacional de las Familias. 15 de mayo de 2024

- Normas, límites y resolución de conflictos en la infancia y la adolescencia. 2 de octubre de 2024

- Gestión del tiempo: nuestro tiempo, nuestro bienestar. Día de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer. 27 de noviembre de 2024.

<https://www.mujeresparalasalud.org/escuela-de-familias-en-roquetas-de-mar/>

#### ESTUVIMOS EN PUÇOL CON LAS VALENCIANAS



El área de Igualdad del Ayuntamiento de Puçol nos invitó a participar dentro de las actividades programadas para conmemorar el 8 de marzo. El 4 de marzo nuestra compañera Pilar Pascual impartió una ponencia sobre *Los malestares de género y su impacto en la salud de las mujeres*. Asistieron unas 30 mujeres del municipio.

<https://www.mujeresparalasalud.org/ayer-estuvimos-en-pucol-con-las-valencianas/>

#### TALLER PARA MUJERES CON LA FUNDACIÓN DIVERSITAS



De abril a junio, llevamos a cabo un *Taller sobre Mujer, Salud y bienestar* para la [Fundación Diversitas](#). La socialización de género y las múltiples desigualdades sociales a las que se enfrentan las mujeres, unida a la violencia estructural y a veces directa que sufren, hace que muchas de ellas acaben en situaciones de gran vulnerabilidad e incluso de exclusión social. Los trastornos de ansiedad y depresión también son más elevados en el caso de las mujeres por las mismas razones. Analizar esta realidad y buscar alternativas saludables es lo que se propone este taller, en el que mujeres reflexionarán sobre el poder de su actitud y responsabilidad para superar los malestares de género aprendidos para buscar nuevas soluciones a sus necesidades, rompiendo dependencias no saludables y empoderándose personal y colectivamente. El taller fue impartido por nuestra compañera [Pilar Farelo](#).

<https://www.mujeresparalasalud.org/taller-para-mujeres-con-diversitas/>

## MATERNIDADES II, TALLER PARA MUJERES EN VILLALBA



En el mes de marzo dio comienzo el segundo taller de *Maternidades*, organizado por el Programa Violencia Género-Área de Mujer del Ayuntamiento de Collado Villalba, para mujeres de este municipio. Nuestra compañera Rosa Urien fue la encargada de coordinarlo.

Durante 9 sesiones compartiremos con 15 mujeres las dificultades que rodean a la maternidad máxime cuando ha existido violencia de género en la pareja. El objetivo de este segundo taller es doble, por un lado, desmontar las maternidades patriarcales centradas en la subordinación y sumisión de las madres y, por otro, aprender nuevas herramientas para fortalecer su poder como mujeres y madres.

<https://www.mujeresparalasalud.org/maternidades-ii-taller-para-mujeres-en-villalba/>

## LA GRANDEZA DE SER MUJER



El pasado 24 de abril comenzó el taller gratuito *La grandeza de ser mujer* un espacio para trabajar juntas sobre mujeres referente, mujeres de vidas y experiencias feministas. Un taller distinto, abierto, creativo y dinámico, un taller por y para nosotras. Un taller de lectura, creación y crecimiento personal.

- Leer y divulgar la historia de mujeres referentes concretas y

de su grandeza, recrearlas en nuestras vidas y actividades.

- Crecer individualmente mediante el reconocimiento y revalorización de mujeres referente para lograr una sociedad más justa y feminista.

<https://www.mujeresparalasalud.org/la-grandeza-de-ser-mujer/>

## SOLEDAD MURUAGA VIAJÓ A JAÉN EL 28 DE MAYO



El 28 de mayo, Día Internacional de Acción por la Salud de las Mujeres, Soledad Muruaga, presidenta de AMS, impartió la conferencia *La socialización de género y sus efectos en la salud de las mujeres* organizada por la Diputación de Jaén, en el marco del programa 12 meses igualdad.

<https://www.mujeresparalasalud.org/soledad-muruaga-viaja-a-jaen-28-mayo/>

## MUJERES DE MIGUeltuRRA RECIBEN TALLER DE INTELIGENCIA EMOCIONAL



La AMS impartió un *Taller de Inteligencia Emocional* para 14 mujeres víctimas de violencia de género residentes en Miguelurra, financiado por la Concejalía de Igualdad del Ayuntamiento de Miguelurra. El taller se llevó a cabo el 8 y 9 de junio el Balneario de la Concepción-Villatoya (Albacete).

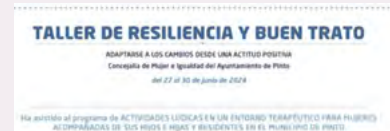
Todas las mujeres han valorado muy positivamente la experiencia,

recogemos algunas de sus opiniones al finalizar:

“He aprendido mucho del taller y a ser capaz de confiar en personas que no conozco de nada y analizar emociones ocultas”, “Estar con gente que no conozco de nada y salid con un grupo de amigas”, “La experiencia me ha parecido muy satisfactoria, ha sido muy bueno compartir experiencias con mujeres que han vivido situaciones parecidas a las mías porque se aprende mucho escuchando”.

<https://www.mujeresparalasalud.org/mujeres-de-migueltorra-reciben-taller-de-inteligencia-emocional/>

## MUJERES Y MENORES DE PINTO RECIBEN UN TALLER DE RESILIENCIA Y BUEN TRATO



La AMS impartió un *Taller de Resiliencia y Buen Trato: Adaptarse a los cambios desde una actitud positiva* para 8 mujeres y 10 menores víctimas de violencia de género residentes en Pinto, organizado y financiado por la Concejalía de Igualdad del Ayuntamiento de Pinto. El taller se llevó a cabo del 27 al 30 de junio el Balneario de la Concepción-Villatoya (Albacete).

Todas las mujeres han valorado muy positivamente la experiencia, recogemos algunas de sus opiniones al finalizar:

*Me ha parecido una experiencia muy enriquecedora y motivadora. Exteriorizar con un grupo de mujeres en situaciones parecidas, ayuda a empatizar y a no sentirte sola. Simplemente maravilloso. Muchas gracias.*

*Estoy infinitamente agradecida por esta experiencia. Me ha ayudado mucho compartirla con el resto de*

las compañeras en situaciones similares a las mías y con nuestros hijos.

<https://www.mujeresparalasalud.org/mujeres-menores-pinto-reciben-taller-de-resiliencia-buen-trato/>



### RECONSTRUYÉNDONOS, TALLER PARA MUJERES DE VILLALBA



Desde mitad de septiembre hasta mediados de diciembre se desarrolló el taller de *Reconstruyéndonos, apoyos para la autonomía y el empoderamiento*, organizado por el Programa Violencia Género-Área de Mujer del Ayuntamiento de Collado Villalba, para mujeres de este municipio. Nuestra compañera Susana Palomo fue la encargada de coordinarlo.

Durante 14 sesiones compartimos con 15 mujeres de municipio un espacio para desarrollar los procesos de autonomía y empoderamiento personal dañados por la violencia recibida.

<https://www.mujeresparalasalud.org/reconstituyendonos-taller-para-mujeres-de-villalba/>

### EL DESAFÍO DE SER TU MISMA



El 8 de octubre, un grupo de mujeres afortunadas comenzaron un nuevo *Taller de crecimiento*. Estamos seguras de que se convirtió en un espacio de sororidad entre

todas en el que pudieron planear sus necesidades y encontrar nuevas soluciones.

<https://www.mujeresparalasalud.org/el-desafio-de-ser-tu-misma/>

### TALLERES DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA MADRES Y SUS HIJAS E HIJOS



Durante el último trimestre del 2024 se han llevado a cabo distintas acciones financiadas por el Instituto de la Mujer de Castilla la Mancha, dentro del marco del pacto de estado contra la violencia machista. En concreto se han desarrollado 5 *talleres de inteligencia emocional y convivencia saludable para la eliminación de estereotipos familiares para mujeres solas y acompañadas por sus hijas e hijos, víctimas de la violencia de género*, uno por cada provincia de esa comunidad. Los resultados son muy positivos como puede comprobarse en los comentarios recogidos:

*Me he sentido cómoda y emocionalmente me ha ayudado mucho a pesar de mis sentimientos. Querirme a mí misma porque me lo merezco. Guadalajara*

*Gracias por hacerme sentir de nuevo yo misma. Repetiría la experiencia, porque he salido reforzada y he vuelto a reconocerme a mí misma a través de las experiencias de mis compañeras, que son las personas más bellas que he conocido. Toledo*

*Me ha ayudado a saber que no estoy sola y a comprenderme mucho mejor. Gracias por la compañía, la tranquilidad y lo profesionales que sois. Ciudad Real*

*Me ha dado herramientas para afrontar las cosas desde otra*

*perspectiva. Me voy más fuerte. Me encontré a mí misma, a esa que se perdió en el camino y se olvidó de que también podía escribir parte de su vida. Os lo agradezco por todo. Albacete*

*Nos ha ayudado a relacionarnos con más seguridad. Sobre todo, porque ahora hemos vivido similares experiencias y nos ayuda a gestionar nuestras adversidades y no sentirnos solas. Cuenca*

<https://www.mujeresparalasalud.org/experiencia-terapeutica-para-madres-y-sus-hijas-e-hijos-2024/>

### ACCIONES DE SENSIBILIZACION Y ACTIVISMO

#### DISTINTOS ACTOS EN TORNO AL 8M - LA PROSTITUCIÓN NO ES UN TRABAJO



El día 3 de marzo, como viene siendo habitual, nos reunimos alrededor de la estatua de nuestra referente más cercana, Clara Campoamor, defensora incansable de los derechos de las mujeres

El día 5 de marzo el Movimiento Feminista de Madrid celebró la rueda de prensa para explicar los motivos elegidos para la manifestación y se compartirán las 8 reivindicaciones feministas que resumen el sentido de este día reivindicativo.

El 8 de marzo fuimos a la manifestación abolicionista de Madrid. Tuvo un recorrido desde Cibeles hasta la Plaza de España, donde se leyó el manifiesto.



<https://www.mujeresparalasalud.org/8m-la-prostitucion-no-es-un-trabajo/>

### MUJERES DE ENTORNOS RURALES HAN RECIBIDO TERAPIA GRACIAS A COPPA



Desde que se inició el proyecto, septiembre de 2023, hasta octubre de 2024, 12 mujeres de zonas rurales se han beneficiado con sesiones de terapia individual y/o grupal online a través del programa de financiado por COPPA. Compartimos a continuación un testimonio de una de ellas.

*Me ayudó tanto AMS a poder reconocer lo q estaba viviendo, cosas q yo tenía normalizada x mi educación y q no eran como me enseñaron. Aprendí a poner límites a las personas, a mí vida,...Siempre pensé q mi ansiedad era fruto de mi forma de ser y aquí descubrí q no era así, q son traumas q tenía q sanar y también cambios q tenía q dar a mi vida. Lo más importante que he vivido aquí con AMS es la sensación de sentirme acompañada en todo momento.*

<https://www.mujeresparalasalud.org/mujeres-rurales-han-recibido-terapia-coppa/>

### CONVENIO CON CCOO PARA LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA



Hemos firmado un convenio de colaboración con el Confederación Sindical de Comisiones Obreras, unimos esfuerzos para sensibilizar y prevenir la violencia contra las mujeres, con especial atención a aquella que se produce en el ámbito del trabajo (acoso laboral y la violencia sexual).

Entre otros objetivos, este convenio va a permitir que las trabajadoras afiliadas puedan beneficiarse de descuentos para las terapias psicológicas que realizamos en AMS, los talleres de crecimiento y la formación feminista de nuestra Escuela ESEN.

Si eres afiliada de CCOO y estás interesada en recibir información sobre nuestros servicios ponte en contacto en [info@mujeresparalasalud.org](mailto:info@mujeresparalasalud.org) o en el tel:628416791

<https://www.mujeresparalasalud.org/convenio-con-ccoo-para-la-prevencion-violencia/>

### PARTICIPAMOS EN LA JORNADA SALUD MENTAL Y GÉNERO EN LA FACULTAD DE MEDICINA



La Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Madrid nos invitó a las XXV Jornadas de Investigación Interdisciplinar "Salud Mental y Género" que se celebró los días 22 y 23 de mayo en Madrid. El día 22 Soledad Muruaga, presidenta de AMS, participó en la Mesa III: Conciliar en un mundo globalizado, abordando el tema de los malestares psicológicos de las mujeres y, el 23 de mayo, Pilar Pascual, coordinadora terapéutica, en la Mesa IV: Es-

tabilidad mental en la senectud presentando la metodología desarrollada por AMS para abordar los malestares de género de las mujeres, denominada la Psicoterapia de Equidad Feminista (PEF).

<https://www.mujeresparalasalud.org/participamos-en-la-jornada-salud-mental-y-genero-en-la-facultad-de-medicina/>

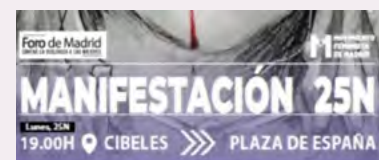
### DEBATE FAMILIA Y PERSPECTIVA FEMINISTA



El lunes 17 de junio 2024 desde las 17:30h, Soledad Muruaga, presidenta de AMS asistió al debate sobre: "Ley de familias. Una perspectiva feminista" con diputadas y diputados en la sala Clara Campoamor del Congreso de los Diputados. Donde compartiremos preguntas, respuestas y propuestas sobre la reforma del Derecho de familia para la igualdad en la diversidad familiar (parejas de hecho, familias, monoparentales, monomarentales, numerosas, homoparentales...), y en particular los derechos de las mujeres, así como la acción protectora a la infancia.

<https://www.mujeresparalasalud.org/debate-familia-y-perperspectiva-feminista/>

### 25N 2024 COMBATIR EL SEXISMO PARA ERRADICAR LA VIOLENCIA MACHISTA



El Manifiesto del Foro de Madrid y Movimiento Feminista de Madrid para el 25N 2024 puso el acento en el combate contra el sexismo, principal predictor de la violencia

contra las mujeres. #CombatirElSexismo #ErradicarLaViolenciaContraLasMujeres.

<https://www.mujeresparalasalud.org/25n-2024-combatir-el-sexismo-para-erradicar-la-violencia-machista/>

## X JORNADA DE AMS. SOLO CON FEMINISMO LO CONSEGUIREMOS



La deriva experimentada estos últimos años, tanto en el ámbito académico, con los estudios de las mujeres y sobre la diversidad, como en el ámbito de la política y los medios de comunicación, con los falsos dilemas planteados sobre qué es y qué no es feminismo, qué son y qué no son las mujeres, ha perjudicado gravemente al objetivo de conquistar la verdadera igualdad entre hombres y mujeres, afectando así al trabajo desarrollado para deponer al patriarcado y avanzar en los objetivos de la agenda feminista.

En esta jornada hemos analizado el estado de la cuestión contando con expertas que nos ayuden a determinar dónde estamos y hacia dónde nos tendríamos que dirigir para no desvirtuar nuestros objetivos y enfrentar las nuevas violencias misóginas que estamos soportando, incidiendo en la relevancia de una formación basada en los conocimientos ingentes que ha proporcionado el Feminismo a lo largo de sus tres siglos de existencia. Uno ejemplo de cómo entendemos una formación 100% feminista en la Escuela ESEN es el posgrado Los males de las mujeres por la socialización patriarcal que comenzará su 9ª edición en 2025.

La jornada se celebró el 25 de octubre con una asistencia presencial de 96 mujeres y 2 hombres y 104 conexiones en streaming.

<https://www.mujeresparalasalud.org/x-jornada-de-ams-solo-con-feminismo-lo-conseguiremos/>

## III CAMPAÑA 28 DE MAYO SALUD Y MUJER! LO QUE OPINAN LAS MUJERES



Un año más queremos conmemorar esta fecha, tan significativa para Mujeres para la Salud, denunciando las desigualdades que existen en torno a nuestra salud, la salud de las mujeres. La ciencia sigue siendo androcéntrica, todo se investiga y se prueba en el cuerpo de los hombres, y después se generaliza para el cuerpo de las mujeres. Ya hay suficiente estudios que indican que esto es grave error porque nuestro cuerpo es muy diferente al cuerpo de los varones y porque es necesaria una investigación centrada exclusivamente en nuestro cuerpo, nuestros procesos, nuestros síntomas, en una palabra en nosotras. Además, de que nuestro cuerpo es diferente, nuestros procesos biológicos también lo son, la ciencia los ha despreciado, no los ha investigado y los ha sobre-medicalizado. Necesitamos una ciencia de la salud con perspectiva de género feminista.

Este año vamos a dedicar la III Campaña Salud y Mujer!, en torno al 28 de mayo, para volver a poner sobre la mesa lo que opinan las mujeres sobre aspectos que les incumben directamente a ellas o sobre cómo les impactan determinadas realidades sociales en su salud.

Como sabéis, desde hace años venimos recogiendo las opiniones de las mujeres a través de encuestas anuales. Nuestro objetivo es escuchar su voz. Es verdad que ahora tenemos las redes para poder discutir entre nosotras, pero consideramos que siguen haciendo falta espacios donde podamos opinar sobre todo lo que nos pasa, los aspectos de nuestra vida como mujeres, nuestros procesos naturales o etarios o cómo nos afecta la violencia machista en todas sus variantes.

El 27 de mayo al 1 de junio vamos a ir compartiendo en la web de AMS y en toda nuestras redes las opiniones recogidas durante los últimos años sobre las siguientes temáticas:



Qué opinan las mujeres sobre los servicios de ginecología, 2.000 mujeres nos dejaron sus opiniones sobre cómo se han sentido en los servicios de ginecología

<https://www.mujeresparalasalud.org/que-opinan-las-mujeres-sobre-los-servicios-de-ginecologia/>



Qué opinan las mujeres sobre la maternidad, más 7.000 mujeres nos dejaron sus opiniones sobre cómo viven sus maternidades o la falta de ella.

<https://www.mujeresparalasalud.org/que-opinan-las-mujeres-sobre-la-maternidad/>



Qué opinan las mujeres sobre las relaciones entre ellas, 2.032 mujeres nos dejaron sus opiniones sobre las relaciones entre las mujeres

<https://www.mujeresparalasalud.org/que-opinan-las-mujeres-sobre-las-relaciones-entre-ellas/>



Qué opinan las mujeres sobre la violencia sexual, 1.072 mujeres compartieron su experiencias de violencia sexual a lo largo de la vida

<https://www.mujeresparalasalud.org/que-opinan-las-mujeres-sobre-la-violencia-sexual/>



Qué opinamos sobre la violencia que sufren las niñas y las adolescentes, 949 personas, 92,7% mujeres y 7,3%, compartieron sus opiniones sobre la violencia que se ejercer sobre las niñas y las adolescentes.

<https://www.mujeresparalasalud.org/que-opinamos-sobre-la-violencia-que-sufren-las-ninas-y-las-adolescentess-sobre-la-viol/>

### VIDEOS DISPONIBLES X JORNADA DE AMS SOLO CON FEMINISMO LO CONSEGUIREMOS



[https://www.youtube.com/playlist?list=PLIG-3MaVrjoHoj81cQke\\_fJvej9Q4zJZpw](https://www.youtube.com/playlist?list=PLIG-3MaVrjoHoj81cQke_fJvej9Q4zJZpw)

Si no pudiste asistir a la X Jornada de AMS Solo con el feminismo lo conseguiremos puedes ver todas las ponencias por separado y disfrutar de las expertas que nos acompañaron Soledad Muruaga, Alicia Miyares, Ángeles Álvarez, Nuria Coronado, Khadija Amin, Ana de Miguel, Altamira Gonzalo y Pilar Pascual.

<https://www.mujeresparalasalud.org/videos-disponibles-x-jornada-de-ams-solo-con-feminismo-lo-conseguiremos/>

### FORMACIÓN A PROFESIONALES

#### INICIO DEL CURSO PARA MATRONAS



El 19 de enero de 2024 se inició el curso *La salud sexual y reproductiva y los efectos de la violencia sobre las mujeres* para matronas pertenecientes a la Federación de Matronas de España (FAME), es un curso subvencionado por el Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030 y es gratuito para las 12 profesionales de todo el territorio español. El curso tiene una duración de 1 año.

<https://www.mujeresparalasalud.org/inicio-del-curso-para-matronas/>

### POSGRADO LOS MALESTARES DE GÉNERO DE LAS MUJERES Y SU IMPACTO EN LA SALUD INTEGRAL 8PR 2024



La Escuela ESEN, dependiente de la Asociación de Mujeres para la Salud, ha impartido durante el año 2024 la 8ª promoción del *Posgrado Experta en los malestares de género y su impacto en la salud integral de las mujeres* a un total de 12 mujeres profesionales.

<https://www.escuelaesen.org/inauguracion-y-primer-modulo-posgrado-de-malestares-2024/>

### PREVENCIÓN Y SENSIBILIZACIÓN DE LA VIOLENCIA SEXUAL



Nueva edición del Curso Online Gratuito: Prevención y Sensibilización sobre Violencia Sexual desde una Perspectiva Multidisciplinar organizado por Feminicidio.net, participo por cuarta vez Soledad Muruaga, impartiendo la clase sobre Las consecuencias de la violencia sexual en la salud de las mujeres, que tuvo lugar ayer 4 de marzo y al que asistieron 55 personas.

<https://www.mujeresparalasalud.org/prevencion-y-sensibilizacion-de-la-violencia-sexual/>

### FORMACIÓN EN IGUALDAD EN EL HOSPITAL DE GUADARRAMA



Impartimos un nuevo curso sobre Igualdad entre Hombres y Mujeres para las y los profesionales sanitarios del Hospital Público de Guadarrama, de la mano de Pilar Farelo nuestra compañera experta.

La formación en Igualdad que proponemos en la Asociación de Mujeres para la Salud se incluye dentro de las acciones a desarrollar en los Planes de Igualdad de las organizaciones y está enfocada al ámbito personal además del profesional. Por un lado, se dirige a fomentar un desarrollo personal saludable que revierta en beneficio de las trabajadoras y trabajadores para lograr un entorno de trabajo más igualitario. Y, por otro lado, se dirige a visibilizar.

<https://www.mujeresparalasalud.org/formacion-en-el-igualdad-en-el-hospital-de-guadarrama/>

### SESIÓN CLÍNICA DE LA PEF EN EL COLEGIO DE PSICOLOGÍA



El día 19 de abril estuvimos en el Colegio de Psicología de Madrid para desarrollar una sesión clínica para presentar un caso abordado a través de Psicoterapia de Equidad Feminista. La PEF es el modelo terapéutico desarrollado por las profesionales de la psicología que forman la Asociación de Mujeres para la Salud, que tiene una historia de más de 30 años y ha atendido a más de 12.000 mujeres. Pilar Pascual fue la encargada de la presentación. Estamos agradecidas al colegio por dar esta oportunidad a la psicología feminista especializada en los malestares de las mujeres.

Estuvimos encantadas de compartir este espacio profesional con otras compañeras y compañeros que trabajan en psicología clínica y quieren descubrir qué beneficios les puede suponer incorporar la perspectiva de género a su labor profesional. Aunque nosotras nos centramos en la psicología para mujeres, esta perspectiva es muy recomendable también para atender a los varones.

<https://www.mujeresparalasalud.org/sesion-clinica-de-la-pef-en-el-colegio-de-psicologia/>

### PERDIENDO EL MIEDO A HABLAR EN PÚBLICO



Gracias a los buenos resultados de ediciones anteriores, la Escuela de Inspectores de Trabajo y Seguridad Social, nos solicitó un nuevo curso para el personal sobre las habilidades necesarias para hablar en público. Este año se ha desarrollado del 4 al 7 de noviembre de 2024.

<https://www.mujeresparalasalud.org/perdiendo-el-miedo-a-hablar-en-publico-3/>

### NUEVAS EDICIONES FORMACIÓN EN IGUALDAD PARA HOSPITAL PUERTA DE HIERRO



Los días 22 y 23 de abril de 2024 hemos llevado a cabo dos nuevas ediciones de la formación sobre Igualdad entre Hombres y Mujeres para las y los profesionales sanitarios del Hospital Público Puerta de Hierro de Madrid, de la mano de Pilar Farelo nuestra compañera experta. En concreto se han desarrollado dos cursos de mañana y tarde para abarcar a un mayor número de profesionales. La colaboración con este centro sanitario comenzó el curso pasado.

<https://www.mujeresparalasalud.org/nuevas-ediciones-formacion-en-igualdad-para-hospital-puerta-de-hierro-2/>

## SEGUNDAS EDICIONES 2024-FORMACIÓN EN IGUALDAD PARA HOSPITAL PUERTA DE HIERRO



Los días 1 y 3 de octubre de 2024 hemos llevado a cabo dos nuevas ediciones de la formación sobre igualdad entre Hombres y Mujeres para las y los profesionales sanitarios del Hospital Público Puerta de Hierro de Madrid, de la mano de Pilar Farelo nuestra compañera experta. En concreto se han desarrollado dos cursos.

<https://www.mujeresparalasalud.org/segundas-ediciones-2024-formacion-en-igualdad-para-hospital-puerta-de-hierro/>

## NO A LA VIOLENCIA MACHISTA EN EL TRABAJO



El viernes 22 de noviembre nuestra compañera Pilar Pascual participó en las Jornadas Jurídico-técnicas NO a la Violencia machista en el trabajo, organizado por la Secretaria de Empleo, Mujer y Formación de CCOO de Málaga.

<https://www.mujeresparalasalud.org/no-a-la-violencia-machista-en-el-trabajo/>

## EDICIÓN DEL CURSO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA LA EITSS 2024



Debido al gran resultado obtenido en ediciones anteriores, de nuevo la Escuela de inspectores/as de Trabajo y Seguridad Social nos propone un Curso de Inteligencia Emocional para sus trabajadoras/es y también en esta ocasión fue nuestra compañera Pilar Farelo la encargada de impartirlo, del 25 al 27 de noviembre de este año.

[https://www.mujeresparalasalud.org/edicion-del-curso-de-inteligencia-emocional-para-la-eitss\\_2024/](https://www.mujeresparalasalud.org/edicion-del-curso-de-inteligencia-emocional-para-la-eitss_2024/)

## APARICIONES EN MEDIOS DE COMUNICACIÓN

### PUBLICACIÓN Y DIFUSIÓN DEL NÚMERO 36 DE LA BOLETINA, LA VIOLENCIA ESTRUCTURAL QUE SUFREN LAS NIÑAS Y LAS ADOLESCENTES



Desde el 25 de enero de 2024, estuvo disponible el número 36 de La Boletina, la revista del AMS. Encontrarás artículos relacionados con la violencia estructural que sufren las niñas y las adolescentes, los resultados de la última encuesta, los testimonios de nuestras usuarias, recomendaciones de libros y mucho más... Puedes leerla cómodamente a través de la web o venir a nuestro centro a por un ejemplar en papel.

<https://www.mujeresparalasalud.org/numero-36-la-boletina/>

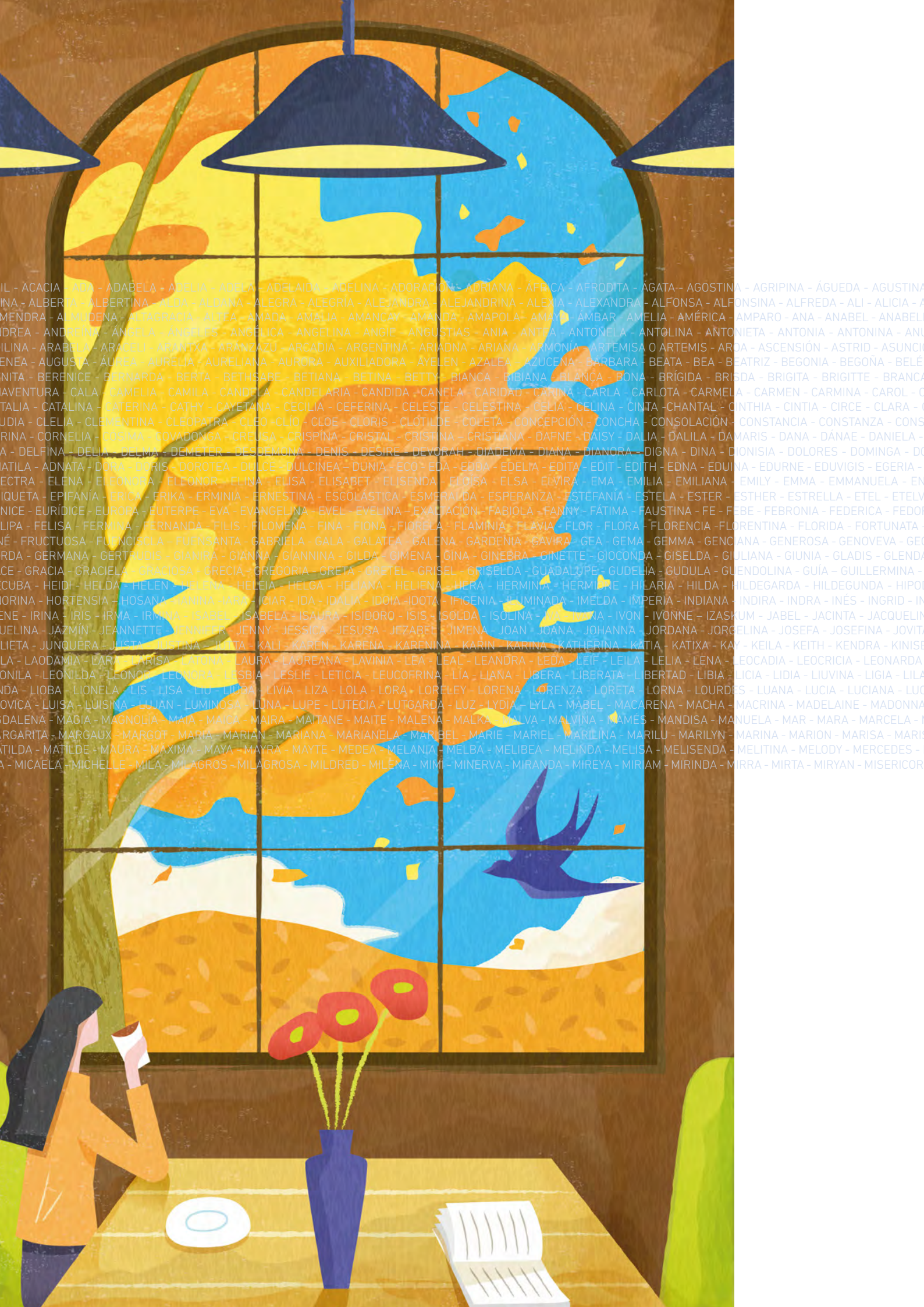
## INFOLIBRE NOS INVITÓ AL EVENTO VISIBLES



InfoLibre acogió el lunes 4 de noviembre el evento #Visibles, para visibilizar los avances y retos en los distintos ámbitos en los que, a pesar de haber alcanzado la igualdad formal, las mujeres aún no han alcanzado la igualdad real. El acto tuvo lugar a las 17.00 horas y se pudo seguir en streaming a través del canal de infoLibre o de manera presencial en el Espacio Larra - Laboratorio de Periodismo. AMS participó en la segunda mesa sobre violencia contra las mujeres, de la mano de Pilar Pascual.



<https://www.mujeresparalasalud.org/infolibre-nos-invito-al-evento-visibles/>



IL - ACACIA - ADA - ADABELA - ADELIA - ADELA - ADELAIDA - ADELINA - ADORACIÓN - ADRIANA - ÁFRICA - AFRODITA - ÁGATA - AGOSTINA - AGRIPINA - ÁGUEDA - AGUSTINA  
INA - ALBERTA - ALBERTINA - ALDA - ALDANA - ALEGRA - ALEGRIA - ALEJANDRA - ALEJANDRINA - ALEXIA - ALEXANDRA - ALFONSA - ALFONSINA - ALFREDA - ALI - ALICIA - A  
MENDRA - ALMUDENA - ALTAGRACIA - ALTEA - AMADA - AMALIA - AMANCAY - AMANDA - AMAPOLA - AMAYA - AMBAR - AMELIA - AMÉRICA - AMPARO - ANA - ANABEL - ANABEL  
IDREA - ANDREINA - ÁNGELA - ANGELES - ANGÉLICA - ANGELINA - ANGIE - ANGIAS - ANIA - ANTEA - ANTONELA - ANTONIA - ANTONIETA - ANTONIA - ANTONINA - ANU  
ILINA - ARABELA - ARACELI - ARANTXA - ARANZAZU - ARCADIA - ARGENTINA - ARIADNA - ARIANA - ARMONÍA - ARTEMISA O ARTEMIS - ARJA - ASCENSIÓN - ASTRID - ASUNCI  
ONEA - AUGUSTA - ÁUREA - AURELIA - AURELIANA - AURORA - AUXILIADORA - ÁYELLEN - AZALEA - AZUCENA - BARBARA - BEATA - BEA - BEATRIZ - BEGONIA - BEGOÑA - BELÉ  
NITA - BERENICE - BERNARDA - BERTA - BETHSABE - BETIANA - BETINA - BETTY - BIANCA - BIBIANA - BLANCA - BONA - BRÍGIDA - BRISDA - BRIGITA - BRIGITTE - BRANCA  
AVENTURA - CALA - CAMELIA - CAMILA - CANDELA - CANDELARIA - CANDIDA - CANELA - CARIDAD - CARINA - CARLA - CARLOTA - CARMELA - CARMEN - CARMINA - CAROL - C  
ITALIA - CATALINA - CATERINA - CATHY - CAYETANA - CECILIA - CEFERINA - CELESTE - CELESTINA - CELIA - CELINA - CINTA - CHANTAL - ONTHIA - CINTIA - CIRCE - CLARA - C  
UDIA - CLELIA - CLEMENTINA - CLEOPATRA - CLEO - CLÍO - CLOE - CLORIS - CLÓTILDE - COLETA - CONCEPCIÓN - CONCHA - CONSOLACIÓN - CONSTANCIA - CONSTANZA - CONS  
RINA - CORNELIA - COSIMA - COVADONGA - CREUSA - CRISPINA - CRISTAL - CRISTINA - CRISTIANA - DAFNE - DAISY - DALIA - DALILA - DAMARIS - DANA - DANAE - DANIELA -  
A - DELFINA - DELIA - DELMA - DEMETER - DESDEMONA - DENIS - DESIRE - DEVORAH - DIADEMA - DIANA - DIANORA - DIGNA - DINA - DIONISIA - DOLORES - DOMINGA - DO  
MATILA - ADNATA - DORA - DORIS - DOROTEA - DULCE - DULCINEA - DUNIA - ECO - EDA - EDBA - EDELIA - EDITA - EDIT - EDITH - EDNA - EDUINA - EDURNE - EDUVIGIS - EGERIA -  
ECTRA - ELENA - ELEONORA - ELEONOR - ELINA - ELISA - ELISABET - ELISENDA - ELICISA - ELSA - ELVIRA - EMA - EMILIA - EMILIANA - EMILY - EMMA - EMMANUELA - EN  
IQUETA - EPIFANÍA - ERICA - ERIKA - ERMINIA - ERNESTINA - ESCOLÁSTICA - ESMERALDA - ESPERANZA - ESTEFANÍA - ESTELA - ESTER - ESTHER - ESTRELLA - ETEL - ETELV  
NICE - EURÍDICE - EUROPA - EUTERPE - EVA - EVANGELINA - EVEL - EVELINA - EXACIACIÓN - FABIOLA - FANNY - FÁTIMA - FAUSTINA - FE - FEBE - FEBRONIA - FEDERICA - FEDOR  
LIPA - FELISA - FERMINA - FERNANDA - FILIS - FILOMENA - FINA - FIONA - FIORELA - FLAMINIA - FLAVIA - FLOR - FLORA - FLORENCIA - FLORENTINA - FLORIDA - FORTUNATA -  
NÉ - FRUCTUOSA - FUENCISCLA - FUENSANTA - GABRIELA - GALA - GALATEA - GALENA - GARDENIA - GAVIRA - GEA - GEMA - GENCANA - GENEROSA - GENOVEVA - GEO  
RDA - GERMANA - GERTRUDIS - GIANNIRA - GIANNA - GIANNINA - GILDA - GIMENA - GINA - GINEBRA - GINETTE - GIOCONDA - GISELDA - GIULIANA - GIUNIA - GLADIS - GLENDA  
ICE - GRACIA - GRACIELA - GRACIOSA - GRECIA - GREGORIA - GRETA - GRETTEL - GRISEL - GRISELDA - GUADALUPE - GUDELIA - GUDULA - GUENDOLINA - GUÍA - GUILLERMINA -  
CUBA - HEIDI - HELDA - HELEN - HELENA - HELEIA - HELGA - HELIANA - HELIENA - HERA - HERMINIA - HERMIONE - HILARIA - HILDA - HILDEGARDA - HILDEGUNDA - HIPO  
TORINA - HORTENSIA - HOSANA - IANINA - IARA - ICIAR - IDA - IDALIA - IDOIA - IDOTA - IFIGENIA - ILLUMINADA - IMELDA - IMPERIA - INDIANA - INDIRA - INDRA - INÉS - INGRID - IN  
ENE - IRINA - IRIS - IRMA - IRMINA - ISABEL - ISABELA - ISAURO - ISIDORO - ISIS - ISOLDA - ISOLINA - ISOLINA - IVON - IVONNE - IZASKUM - JABEL - JACINTA - JACQUELIN  
JELINA - JAZMÍN - JEANNETTE - JENNIFER - JENNY - JESSICA - JESUSA - JEZABEL - JIMENA - JOAN - JOANA - JOHANA - JORDANA - JORGELINA - JOSEFA - JOSEFINA - JOVITA  
LIETA - JUNQUERA - JUSTA - JUSTINA - JUTA - KALI - KAREN - KARENA - KARENINA - KARIN - KARINA - KATHERINA - KATIA - KATIXA - KAY - KEILA - KEITH - KENDRA - KINISE  
A - LAODAMIA - LARA - LARISA - LATONA - LAURA - LAUREANA - LAVINIA - LEA - LEAL - LEANDRA - LEDA - LEIF - LEILA - LELIA - LENA - LEONADIA - LEOCRICIA - LEONARDA  
ONILA - LEONILDA - LEONOR - LEONORA - LESBIA - LESLIE - LETICIA - LEUCOFRINA - LIA - LIANA - LIBERA - LIBERATA - LIBERTAD - LIBIA - LICIA - LIDIA - LIUVINA - LIGIA - LILA  
NDA - LIOMA - LIONELA - LIS - LISA - LIU - LIUBA - LIVIA - LIZA - LOLA - LORA - LORELEY - LORENA - LORENZA - LORETA - LORNA - LOURDES - LUANA - LUCIA - LUCIANA - LUC  
OVICA - LUISA - LUISINA - LUJAN - LUMINOSA - LUNA - LUPE - LUTECIA - LUTGARDA - LUZ - LYDIA - Lyla - MABEL - MACARENA - MACHA - MACRINA - MADELAINE - MADONNA  
DALENA - MAGIA - MAGNOLIA - MAIA - MAICA - MAIRA - MAITANE - MAITE - MALENA - MALKA - MALVA - MALVINA - MAMÉS - MANDISA - MANUELA - MAR - MARA - MARCELA - M  
RARGARITA - MARGAUX - MARGOT - MARIA - MARIAN - MARIANA - MARIANELA - MARIBEL - MARIE - MARIEL - MARILINA - MARILU - MARILYN - MARINA - MARION - MARISA - MARIS  
TILDA - MATILDE - MAURA - MÁXIMA - MAYA - MAYRA - MAYTE - MEDEA - MELANIA - MELBA - MELIBEA - MELINDA - MELISA - MELISENDA - MELITINA - MELODY - MERCEDES -  
A - MICAELA - MICHELLE - MILA - MILAGROS - MILAGROSA - MILDRED - MILÉNA - MIMI - MINERVA - MIRANDA - MIREYA - MIRIAM - MIRINDA - MIRRA - MIRTA - MIRYAN - MISERICOR

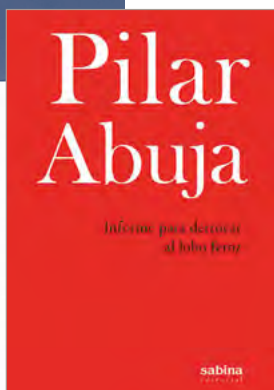
A - AÍDA - AINOA - AITANA - ALBA - ALBANA - ALONDRADA - ALINA - ALIONORA - ALONDRA - ALMA - ANACLARA - ANAHÍ - ANÁIS - ANASTASIA - ANUNCIACIÓN - ANUNCIATA - APIA - APOLONIA - ASUNTA - ATALA - ATALANTA - ATANASIA - BELINDA - BELLA - BENEDICTA - BENIGNA - BRENDA - BRUNILDA - BUENAVENTURA - CAROLA - CAROLINA - CASANDRA - CASILDA - CLARIBEL - CLARISA - CLARINDA - CLARITA - COPELIA - CORA - CORAL - CORDELIA - DARÍA - DÉBORA - DEDICACIÓN - DEJANIRA - DOMINIQUE - DOMITILA - DONA - DONATELLA - EGLÉ - HIELEN - EIRA - ELBA - ELCIRA - ELDA - ENCARNACIÓN - ENCARNA - ENGRACIA - INA - ETHEL - EUFEMIA - EUGENIA - EULALIA - FEDRA - FELICIA - FELICIDAD - FELICITAS - FRANCESCA - FRANCISCA - FREYA - FRIDA - GORGIA - GEORGINA - GERALDINA - GERALDINE - GLICERA - GLORIA - GODIVA - GODOLEVA - HADA - HARMONÍA - HAYDÉ - HAYDEÉ - HEBE - DAMIA - HIPÓLITA HOMBELINA - HONORATA - IMA - INMACULADA - IOANA - IOLE - IRACEMA - JACOBA - JADE - JAEL - JAMILA - JANA - JUANA - JUDITH - JUDIT - JULIA - JULIANA - BURGA - KIONA - KIRA - KIRIAN - LAIA - LAILA - LEONCIA - LEONELA - LEÓNIDA - LEONIDAS - LILI - LILIA - LILIAN - LILIANA - LILIT - LINA - LUCINA - LUCRECIA - LUCY - LUDMILA - MADRONA - MAFALDA - MAGALI - MAGDA - MARCELINA - MARCIA - MARCIANA - MARFISA - SOL - MARITA - MARLENE - MARTA - MARTINA - MEREDITH - MERITXELL - MERYL - MESALINA - DIA - MOIRA - MONA - MÓNICA - MONTSERRAT

# NOSOTRAS SUGERIMOS

En este apartado os sugerimos libros, series, películas,... que han sido publicados recientemente sobre temas de salud y género.



mujeres  
para la salud



## INFORME PARA DERROCAR AL LOBO FEROS

(Sabina Editorial, 2024)

Pilar Abuja

**P**ilar Abuja narra de forma estremecedora e hipnótica su experiencia de superviviente de incesto. A modo de informe, reescribe el cuento tradicional del lobo feroz en una original prosa poética. La autora rescata su voz de niña acorralada y ofrece un testimonio conmovedor, el de una mujer que ha sobrevivido a la violencia sexual masculina contra la infancia, todavía tan frecuente y silenciada. "No podrás nada contra nosotras, lobo. / Ni contra mí. / Aunque esta sea mi historia."

<https://www.sabinaeditorial.com/catalogo/informe-para-derrocar-al-lobo-feroz-de-pilar-abuja/>

## LA FICCIÓN DEL CONSENTIMIENTO SEXUAL

(Los Libros de la Catarata, 2024)

Rosa Cobo Bedia

**E**l consentimiento sexual es hoy uno de los grandes debates del feminismo. La lucha contra la violencia sexual y la libertad sexual han situado este tema en la agenda política. El consentimiento sexual es una categoría instrumentalizada por los sistemas patriarcal y neoliberal para objetualizar y mercantilizar los cuerpos de las mujeres. Pero, al mismo tiempo, también la teoría queer se muestra favorable al consentimiento con el objetivo de legitimar prácticas

sexuales no normativas siempre y cuando la voluntad sea la condición del consentimiento sexual. Sin embargo, el feminismo considera que la voluntad no es suficiente si no va acompañada del deseo y de la igualdad. Este libro analiza algunas claves de este debate. ¿Cuál es la genealogía de este concepto? ¿Cómo contribuye a luchar contra la violencia sexual? ¿Por qué su peso recae sobre las mujeres y no sobre los agresores sexuales? ¿Hay consentimiento en una situación de dominación y desigualdad estructural? ¿Es lo mismo consentir que ceder? Rosa Cobo analiza el consentimiento sexual como una ficción política, un relato que resulta clave tanto para la reformulación de la dominación masculina como para su reapropiación política por parte del feminismo en su lucha por la libertad y autonomía para las mujeres.

[https://www.catarata.org/libro/la-ficcion-del-consentimiento-sexual\\_156357/](https://www.catarata.org/libro/la-ficcion-del-consentimiento-sexual_156357/)

## MISOGINIA NEOLIBERAL. EXPLOTACIÓN REPRODUCTIVA, PROSTITUCIÓN Y PORNOGRAFÍA. Explotación reproductiva, prostitución y pornografía

(Editorial Comares, 2024)

Ana Pollán

**M**isoginia neoliberal: explotación reproductiva, prostitución y pornografía pretende ser un grano de arena en la denuncia de la violencia, la explotación y la opresión que padecen las mujeres por el hecho de serlo,

en base a su sexo. Nace de la firme convicción de que, como humanidad, merecemos un futuro más digno. Donde existe la prostitución, la pornografía o la explotación reproductiva, ni la igualdad ni la libertad son posibles para las mujeres y las niñas. Mientras sean siquiera concebibles, tampoco la humanidad en su conjunto será digna. Un horizonte de libertad, y sin atisbo de estas violencias, sólo será posible si no nos limitamos a deseárselo ni a pensarlo como mera utopía. Hay que actuar y hacerlo ahora. Este libro pretende ser una herramienta para tomar consciencia de estas realidades y, en consecuencia, un impulso para sumar más voces que reclamen legislaciones abolicionistas que hagan posible la consecución de nuestra propia plenitud ética, como sociedad y como individuos

[https://www.comares.com/libro/misoginia-neoliberal\\_155804/](https://www.comares.com/libro/misoginia-neoliberal_155804/)

## LOS HOMBRES QUE ODIAN A LAS MUJERES: Incels, artistas de la seducción y otras subculturas misóginas

(Capitán Swing Libros 2023)

Laura Bates

**I**magina un mundo en el que una vasta red de incels y otros misóginos son capaces de operar prácticamente sin ser detectados. Estos extremistas cometen actos terroristas deliberados contra las mujeres. Los adolescentes vulnerables son entrenados y radicalizados. No tienes que imaginar ese mundo, ya vives en él. Quizá no lo sepas porque no nos gusta hablar de ello, pero ya es hora de que

empecemos. En este libro urgente e innovador, Laura Bates, autora de varios best sellers y fundadora del Proyecto Sexismo Cotidiano, se adentra en la clandestinidad para sacar a la luz vastas redes y comunidades misóginas. Una inmersión profunda en el extremismo mundial. Sus entrevistas con miembros de estos grupos y con las personas que luchan contra ellos ofrecen una visión única del funcionamiento de este movimiento. Las ideas se difunden desde los rincones más oscuros de Internet –a través de trolls, medios de comunicación y celebridades– hasta las escuelas, los lugares de trabajo y los pasillos del poder, pasando a formar parte de nuestra conciencia colectiva. Sin censura, y a veces tan chocante como aterradora, esta es la incómoda verdad sobre el mundo en que vivimos. Y sobre lo que debemos hacer para cambiarlo.

<https://capitanswing.com/libros/los-hombres-que-odian-a-las-mujeres/>

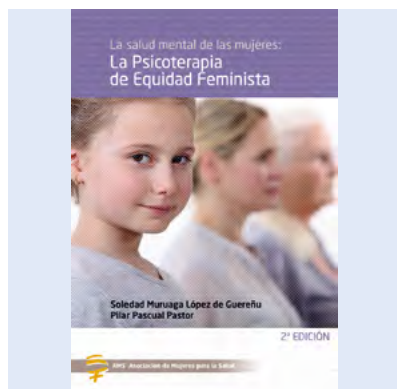
### **CÓMO DEJÉ DE SUFRIR POR AMOR. Manual de Autoayuda feminista para dejar tu relación.**

**(Audiolibro)**

Escrito y narrado por: Coral Herrera Gómez, 2024

En este audiolibro Coral Herrera nos cuenta cómo dejó una relación después de cuatro años intentando separarme, y cómo se liberó de su adicción romántica y su dependencia emocional. No hay soluciones mágicas: para dejar de sufrir por amor, hay que trabajar. Y en este libro te cuenta cómo lo trabajó ella, y cómo ha trabajado en estos últimos años con miles de mujeres en España y América Latina. Si tú también quieres dejar de sufrir por amor, ella te acompaña. Este libro no solo te cuenta sus experiencias personales y su trabajo más íntimo, también es un manual de autoayuda feminista para la liberación

<https://www.patreon.com/coralherrerragomez/shop/audiolibro-como-deje-de-sufrir-por-amor-416075>



### **La salud mental de las mujeres: la Psicoterapia de Equidad Feminista, 2ª edición (reimpresión 2023)**

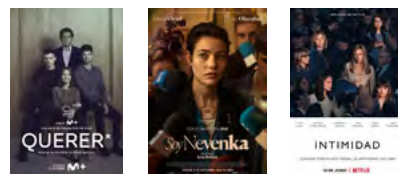
Soledad Muruaga y Pilar Pascual

Este manual explica cómo, a raíz de la necesidad de crear un centro especializado en la salud psicológica de las mujeres que diera una respuesta distinta a la que ofrece la medicina tradicional, comienza a diseñarse una metodología propia, con la aparición de conceptos fundamentales como el de Depresión de Género o el de Síndrome de Género.

La segunda edición, además, no solo responde a una necesidad material por haber vendido todos los ejemplares de la primera, sino que va más allá, haciendo gala del impulso investigador de AMS y la metodología de investigación-acción que caracteriza a la Psicoterapia de Equidad Feminista. Así, esta nueva edición incluye también un nuevo capítulo, El espíritu investigador de AMS, en el que sus autoras han incorporado los resultados de las últimas investigaciones llevadas a cabo por el equipo de profesionales de Mujeres para la Salud, por el gran interés que han suscitado y porque son un ejemplo palpable de la importancia de escuchar lo que tienen que decir y lo que opinan las mujeres sobre las cuestiones que les afectan directamente. Estamos demasiado acostumbradas a leer teorías y explicaciones sobre las mujeres sin que se tengan en cuenta y recojan lo que ellas tienen que decir y aportar sobre esos aspectos.

<https://www.mujeresparalasalud.org/publicaciones/manual-la-salud-mental-de-las-mujeres-la-psicoterapia-de-equidad-feminista/comprar-la-salud-mental-de-las-mujeres-la-psicoterapia-de-equidad-feminista/>

## AUDIOVISUALES



### **Querer Alauda Ruiz de Azúa, 2024**

Miniserie de TV, 4 episodios. Tras 30 años de matrimonio y dos hijos en común, Miren abandona el domicilio conyugal y denuncia a su marido por violación continuada. Esta grave acusación obliga a los hijos a elegir entre creer a su madre o apoyar a un padre que defiende su inocencia. Un viaje familiar que avanza en paralelo al judicial con un mismo objetivo: conocer la verdad.

### **Nevenka Itziar Bollaín, 2024**

En el año 2000, Nevenka Fernández, de 24 años, concejala de Hacienda en el Ayuntamiento de Ponferrada, sufre una persecución implacable, tanto sentimental como profesional, por parte del alcalde, un hombre acostumbrado a hacer su voluntad en lo político y en lo personal. Nevenka decide denunciar, aunque sabe que deberá pagar un precio muy alto: su entorno no la apoya, la sociedad de Ponferrada le da la espalda y los medios la someten a un juicio público. Su caso inicia en España el movimiento #metoo mucho antes de que se invente el término. Una historia basada en hechos reales que convierte a su protagonista en una pionera al llevar por primera vez a un político influyente y popular ante los tribunales por acoso sexual y laboral.

### **Intimidad Laura Sarmiento, 2022**

Serie de TV, 8 episodios. Un video sexual de una política con futuro prometedor, filtrado a la prensa, es el catalizador de esta historia que narra la vida de cuatro mujeres que se ven forzadas a pisar la delgada línea entre lo que pertenece a la vida pública y privada. ¿Dónde están los límites de nuestra Intimidad? ¿Qué pasa con nuestras vidas cuando nuestra privacidad se convierte en la conversación de todo el mundo?

# PROYECTO CUERPO Y MENTE SALUDABLES 2024

## Taller de inteligencia emocional para mujeres víctimas de violencia de género y sus hijas e hijos

**Es temprano, amanece y nos dirigimos a la estación de Atocha a coger el AVE, hoy nos toca Cuenca, el último taller de este año, dejamos atrás Guadalajara, Toledo, Albacete y Ciudad Real. Vamos a vivir una experiencia enriquecedora, con mujeres, niñas y niños que nos esperan de diferentes lugares para pasar unos días con nosotras, un reto más, preparado con cariño. ¿Qué nos deparará?**

En este año terrorífico de violencia machista en el que las estadísticas aumentan cada día y las noticias nos despiertan cada mañana con la muerte de una mujer en manos de su maltratador, asesinos que sesgan sus vidas, nosotras hoy vamos a encontrarnos con muchas mujeres víctimas de esta violencia, que están en proceso de reconstrucción y que nos muestran sus heridas y su sufrimiento.

Todas ellas acuden con grandes cargas emocionales, sobre todo sentimientos de culpa, sin entender por qué a ellas les han truncado sus expectativas de una vida feliz.

Al llegar los niños y niñas con sus mochilas de colores nerviosos gritan con entusiasmo que van a compartir unos días felices con sus iguales, muchos de ellos y ellas esconden en sus ojos la luz de la ilusión y la tranquilidad de unos días en paz y armonía.

Por las mañanas realizamos el taller, un espacio vivencial de observación, escucha y trabajo grupal, en el que los objetivos son trabajar la autoestima y seguridad en ellas mismas para fortalecer la relación con sus hijas e hijos, facilitar espacios en el que puedan expresar sus sentimientos y escuchar a otras mujeres, crear redes entre ellas que les proporcione un soporte emocional y en ocasiones afectivo, recuperar el control de sus vidas para ser independientes y buscar otras relaciones.

Por las tardes continúan con el programa de autocuidado, en esta ocasión disfrutando del circuito termal en el que, además de aprovechar los beneficios del agua comparten risas y confianzas y se desprenden de algunas de sus cargas emocionales.



Mientras los menores están al cuidado de dos monitoras de ocio y tiempo libre, participando en un taller sobre las emociones, realizando juegos cooperativos y colaborativos y aprendiendo a establecer relaciones libres de violencia.

Además, hay disponibles un gran número de actividades como paseos en la naturaleza, cine, baile, aquagym,... de las que pueden disfrutar las mujeres solas o en compañía de sus hijas e hijos.

Y así cada día, y en cada amanecer somos testigo de cómo van sanando su autoestima y recuperando la ilusión, de cómo sus risas son cada vez más sonoras y de cómo van estrechando los lazos de afecto.

Casi sin darnos cuenta llega el momento de la clausura y de la despedida, es entonces cuando empezamos a notar el cansancio en nuestro cuerpo, pero también la satisfacción de haber podido contribuir a que los objetivos se alcancen y a que todas ellas puedan regresar a sus hogares con las fuerzas e ilusiones renovadas y con nuevas amistades en las que poder apoyarse.

Ya en el tren de regreso a Madrid, nos recreamos recordando todo lo vivido en cada uno de los cinco talleres, uno por cada provincia, con la emoción del recuerdo y sobre todo con el profundo sentimiento de pertenencia y agradecimiento a la Asociación Mujeres para la Salud, por crear y desarrollar programas como éste y por permitirnos formar parte de él.

No podemos dejar de agradecer a las monitoras con las que hemos compartido esta experiencia por su profesionalidad y humanidad, al personal administrativo y de coordinación de AMS por su gran implicación, a la Junta de Comunidades de Castilla la Mancha y a sus profesionales por la colaboración y el apoyo recibido en todo momento, a todas las mujeres que han participado por su entrega generosa y confiada y, sobre todo, a la Presidenta de AMS, Soledad Muruaga, por su confianza y por su incansable trabajo en la lucha contra la violencia de género y en favor de la igualdad.

**Pilar García Jove y Pilar Farelo Flores**

PÉNÉLOPE BAGIEU

# WALLERASAS

Este es un obsequio para los amigos de Fnac

Mujeres que solo hacen lo que ellas quieren



## Instituciones que nos financian



SECRETARÍA DE ESTADO DE IGUALDAD Y PARA LA BRANDEACION DE LA VOLUNCIAD CONTRA LAS MUJERES DELEGACION DE GOBIERNO CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO



GOBIERNO DE ESPAÑA MINISTERIO DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO Y AGENDA 2030



Instituto de las MUJERES

POR SOLIDARIDAD OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL



## TU ESPACIO DE SALUD Y CRECIMIENTO

C/ Colombia, 32, posterior. 28016 Madrid

Llámanos 628.416.791

[www.mujeresparalasalud.org](http://www.mujeresparalasalud.org) | [info@mujeresparalasalud.org](mailto:info@mujeresparalasalud.org)

Financian esta revista



SECRETARÍA DE ESTADO  
DE IGUALDAD  
Y PARA LA ERRADICACIÓN  
DE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES  
DELEGACIÓN DE GOBIERNO  
CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO



GOBIERNO  
DE ESPAÑA  
MINISTERIO  
DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO  
Y AGENDA 2030



INSTITUTO de las  
**MUJERES**

✓ POR SOLIDARIDAD  
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL